



5月献立表



見えるところに貼ってね!
南丹市立日吉学校給食共同調理場

日・曜日	献立	材料			栄養価	
		(赤) 血・肉・骨 になる	(黄) 熱・力のもと になる	(緑) 体の調子を 整える	エネルギー kcal	たんぱく質 g
1・月	ご飯 牛乳 ソースカツ ポイル野菜 けんちん汁	ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★とうふ けずりぶし にぼし	★ごはん パンこ さといも さとう かたくりこ サラダあぶら てんぷらこ	キャベツ にんじん はたけしめじ たまねぎ あおねぎ	841	29.7
2・火	子どもの日献立 筍ずし 牛乳 青菜と焼き豚の香味和え 実だくさんみそ汁 ミニ柏もち	ぎゅうにゅう かまぼこ にぼし やきぶた ★とうふ わかめ	★ごはん さとう ごま ごまあぶら ミニかしわもち	★ほししいたけ ★たけのこ にんじん ★こまつな もやし しょうが たまねぎ	777	31.1
8・月	麦ご飯 アシドミルク ポークカレー 鉄人サラダ 福神漬	ぎゅうにゅう ★ぶたにく チーズ アシドミルク ハム	★むぎごはん サラダあぶら じゃがいも はちみつ バター	しょうが にんにく キャベツ たまねぎ ★にんじん	852	24.6
9・火	ご飯 牛乳 サワラの西京焼き 五目金平 玉ねぎのみそ汁	ぎゅうにゅう サワラ くきわかめ ★ぶたにく ★あぶらあげ	★ごはん さとう こんにゃく ごま サラダあぶら	にんじん あおねぎ ごぼう さんどまめ もやし たまねぎ	824	35.1
10・水	お誕生月献立 小型パン 牛乳 イタリアンスパゲティ コーンサラダ ソフトクリームヨーグルト	ぎゅうにゅう ★ぶたにく ハム ソフトクリームヨーグルト	こがたパン スパゲティ サラダあぶら さとう	にんじん たまねぎ はたけしめじ キャベツ トマト ★みぶな	781	34.1
11・木	ご飯 牛乳 マーボー豆腐 もやしのナムル 韓国式味つけのり	ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★とうふ みそ さつまあげ	★ごはん サラダあぶら ごまあぶら さとう かたくりこ	にんじん あおねぎ たまねぎ しょうが ★たけのこ ★こまつな もやし	828	35.5
12・金	日本の味めぐり(宮崎県) ご飯 牛乳 チキン南蛮 ポイル野菜(ノンエッグタルタルソース) わかめスープ	ぎゅうにゅう とりにく わかめ けずりぶし かつおぶし ★とうふ	★ごはん てんぷらこ サラダあぶら さとう ノンエッグタルタルソース	キャベツ にんじん もやし ★みぶな	842	34.0
15・月	ご飯 牛乳 チャプチェ 春キャベツのふわふわ卵スープ 味じゃこ	ぎゅうにゅう ★ぶたにく わかめ たまご にぼし	★ごはん サラダあぶら さとう ごま はるさめ かたくりこ	★ほししいたけ しょうが にんにく ニラ にんじん	802	33.5
16・火	校外学習	(この日は献立が省略されています)				
17・水	振り替え休日	(この日は献立が省略されています)				
18・木	ご飯 牛乳 油淋鶏(とりにくのねぎソース) ごま和え 中華スープ	ぎゅうにゅう とりにく ハム けずりぶし かつおぶし	★ごはん かたくりこ サラダあぶら さとう ごま	しょうが あおねぎ もやし ★みぶな にんじん	822	29.0

5月献立表



見えるところに貼ってね!

南丹市立日吉学校給食共同調理場

日・曜日	献立	材料			栄養価	
		(赤)	(黄)	(緑)	エネルギー	たんぱく質
		血・肉・骨 になる	熱・力のもと になる	体の調子を 整える	kcal	g
19・金	ご飯 牛乳 サバのしょうが煮 青菜と焼き豚の和え物 じゃが芋のみそ汁	ぎゅうにゅう サバ やきぶた わかめ みそ にぼし けずりぶし	★ごはん さとう ごま ごまあぶら じゃがいも	しょうが ★こまつな にんじん キャベツ たまねぎ あおねぎ	831	35.5
22・月	ご飯 牛乳 ひじき入り松風焼き レモン和え 麩のみそ汁	ぎゅうにゅう とりミンチ ★ぶたミンチ ★とうふ ひじき にぼし けずりぶし	★ごはん ごま パンこ サラダあぶら さとう おつゆふ	たまねぎ ★みぶな レモン あおねぎ もやし にんじん	813	37.6
23・火	中間試験					
24・水	国産小麦パン 牛乳 クリームシチュー ツナと壬生菜のサラダ 日向夏ゼリー	ぎゅうにゅう とりにく ツナかん	こくさんこむぎパン こむぎこ さとう バター ひゅうがなつゼリー じゃがいも サラダあぶら	たまねぎ コーン ブロッコリー にんじん ★みぶな ★キャベツ	767	29.2
25・木	ご飯 牛乳 開きアジのからあげ もやしのごまず和え 田舎みそ汁	ぎゅうにゅう アジ ★あぶらあげ みそ にぼし けずりぶし	★ごはん しょうしんこ サラダあぶら さとう ごま	もやし あおねぎ ★みぶな にんじん たまねぎ ★キャベツ	785	29.9
26・金	旬を味わう献立 初夏の香りご飯 牛乳 じゃがいものそばろ煮 沢煮椀	ぎゅうにゅう たきこみわかめ とりひきにく ★とうふ けずりぶし かつおぶし	★ごはん じゃがいも さとう サラダあぶら かたくりこ	にんじん ★たけのこ ★えんどうまめ しょうが ★みぶな たまねぎ はたけしめじ さんどまめ	769	29.7
29・月	振り替え休日					
30・火	ご飯 牛乳 カレイの揚げ煮 さっぱり和え 春キャベツのみそ汁	ぎゅうにゅう カレイ わかめ みそ にぼし けずりぶし	★ごはん かたくりこ さとう サラダあぶら	★こまつな あおねぎ もやし にんじん ★キャベツ たまねぎ	771	30.5
31・水	麦ご飯 牛乳 ピリ辛肉みそ丼 ボイル野菜 豆腐のスープ	ぎゅうにゅう ★ぶたにく みそ ★とうふ けずりぶし かつおぶし	★むぎごはん さとう かたくりこ サラダあぶら	たまねぎ ★キャベツ もやし あおねぎ にんにく しょうが	784	31.2



- ◎ 献立内容は気候などの都合により変更になる場合があります。
- ◎ ★印がついているのは、日吉町で栽培・製造された食材です。
- ◎ 平成29年度から、調理場毎の地域特色を大切にしながら、全市内一体感のある献立を実施しています。

5月に使用する食材の産地をお知らせします

米・みぶ菜・小松菜・実えんどう・チンゲンサイ・干しいたけ・ニラ・豚肉・たけのこ・わらび・大豆(日吉)とうふ・油揚げ(日吉製造:原料大豆滋賀県)もち米(南丹市)キャベツ(日吉・愛知県)青ねぎ(日吉・亀岡市)牛乳(京都府・大阪府・三重県・岡山県・愛知県・北海道・福岡県・滋賀県・熊本県)にんじん(徳島県・鹿児島県・長崎県)ブロッコリー(徳島県)ごぼう(栃木県)じゃがいも(長崎県・鹿児島県)土生姜(高知県)ピーマン(高知県・宮崎県)玉ねぎ(静岡県・長崎県)三度豆(タイ)もやし(京都府)はたけしめじ(京丹波町)パプリカ(韓国)卵(京都府)鶏肉(鹿児島県)カレイ(鳥取県)サワラ(京都府)サバ・アジ(九州)ちりめんじゃこ(瀬戸内海)

※収穫時期や市場の入荷状況により、変更することがあります。

<非常食について>

災害等で水や電気が止まり、調理ができない時がでてくるかもしれません。非常食には、お湯を注いで食べる混ぜごはんなどもありますが、南丹市の調理場では、水もお湯も使わずそのまま食べられる「乾パン」を用意しています。また、副食が提供できなくなった時のために「ふりかけ」を準備しています。