

5月17日(金)	小573kcal #656kcal	5月20日(月)	小584kcal #721kcal	5月21日(火)	小563kcal #680kcal	5月22日(水)	小622kcal #770kcal	5月23日(木)	小593kcal #733kcal	5月24日(金)	小627kcal #742kcal
コッペパン 牛乳 Tandoriチキン ベジタブルスープ		ごはん 牛乳 厚揚げと豚肉の味噌煮 きゃべつのかつお和え		発芽玄米入りごはん 牛乳 鱈の照り焼き けんちん汁		ポークカレー 牛乳 ゼリー入り フルーツポンチ		ごはん 牛乳 けいちゃん もやしのスープ		コッペパン 牛乳 じゃが芋と鶏肉のトマト煮 ごぼうの ごまマヨネーズ和え	
食材名	分量(g)	食材名	分量(g)	食材名	分量(g)	食材名	分量(g)	食材名	分量(g)	食材名	分量(g)
コッペパン	1こ	米	80g	米	75g	米	74g	米	80g	コッペパン	1こ
牛乳	1本	牛乳	1本	発芽玄米	5g	麦	6g	牛乳	1本	牛乳	1本
鶏肉		厚揚げ	50g	牛乳	1本	豚肉	15g	鶏肉	60g	鶏肉	40g
小学校60g	1切	豚肉	20g	ざわら		塩	0.3g	赤みそ	3g	じゃがいも	50g
中学校70g	1切	にんじん	15g	小学校50g	1切	こしょう	0.04g	合わせみそ	2g	にんじん	20g
塩	0.2g	たまねぎ	30g	中学校60g	1切	ジンジャーパウダー	0.04g	みりん	0.8g	たまねぎ(八幡産)	40g
こしょう	0.03g	濃口しょうゆ	6g	濃口しょうゆ	2g	ガーリックパウダー	0.04g	さとう	1.5g	トマトピューレ	20g
おろしにんにく	0.3g	酒	5g	みりん	1g	たまねぎ	60g	酒	1.5g	さとう	1.5g
塩麹	3g	さとう	2.5g	酒	1g	じゃがいも	50g	濃口しょうゆ	1.5g	塩	0.2g
カレー粉	0.5g	みりん	6g	濃口しょうゆ	3g	にんじん	20g	トウモロコシ	0.1g	こしょう	0.03g
トマトチャップ	3g	合わせみそ	5g	さとう	1g	マーガリン	6g	おろしにんにく	0.5g	濃口しょうゆ	2g
さとう	1.5g	三度豆	5g	みりん	1g	小麦粉	6g	サラダ油	1g	薄口しょうゆ	1g
ウスターソース	2g	けずりぶし	1g	片栗粉	0.5g	ベ-ストチャップ	1.5g	キャベツ	50g	チキンスープ	15g
サラダ油	0.3g	水	40g	水	5g	塩	0.8g	ごま油	0.5g	水	40g
キャベツ	30g	キャベツ	40g	鶏肉	10g	こしょう	0.02g	豚肉	10g	ごぼう	20g
にんじん	10g	にんじん	5g	にんじん	15g	オールのライス	0.02g	にんじん	10g	にんじん	10g
三度豆	5g	濃口しょうゆ	1g	ごぼう	10g	赤ワイン	2g	太もやし	25g	ホールコーン	8g
豚肉	20g	糸かつお	1g	板こんにやく	15g	トマトチャップ	2g	カットわかめ	0.4g	おき枝豆	5g
薄口しょうゆ	3g	さとう	0.5g	青ねぎ(八幡産)	5g	ウスターソース	1g	薄口しょうゆ	4g	ノンエッグマヨネーズ	8g
けずりぶし	2g			とうふ	30g	カレー粉	0.5g	塩	0.3g	薄口しょうゆ	1g
塩	0.5g			薄口しょうゆ	3g	カルダモン	0.01g	こしょう	0.02g	さとう	0.1g
こしょう	0.02g			塩	0.5g	コリアンダー	0.01g	けずりぶし	2g	白すりごま	1g
水	100g			けずりぶし	2g	ローリエ	0.01g	水	100g		
				水	80g	チキンスープ	4g				
				水	80g	水	80g				
						牛乳	1本				
						ぶどうゼリー	30g				
						みかん(バウチ)	20g				
						パン(缶)	15g				
						黄桃(缶)	15g				



八幡市給食キャラクター
「たけんちゃん」

5月27日(月)	小519kcal #636kcal	5月28日(火)	小671kcal #816kcal	5月29日(水)	小648kcal #805kcal	5月30日(木)	小561kcal #692kcal	5月31日(金)	小651kcal #766kcal
ツナピラフ 牛乳 きゃべつのカレーソーテー 野菜スープ		ごはん 牛乳 お好み焼き もずくのすまし汁		ごはん 牛乳 かつおの 黒潮ソースあえ 相性汁		ゆかりご飯 牛乳 肉じゃが かわりあえ		味つけコッペパン 牛乳 鶏肉の バーベキューソース ひよこ豆と野菜のスープ	
食材名	分量(g)	食材名	分量(g)	食材名	分量(g)	食材名	分量(g)	食材名	分量(g)
米	70g	米	80g	米	80g	米	80g	味つけコッペパン	1こ
たまねぎ(八幡産)	11g	牛乳	1本	牛乳	1本	ゆかり	2g	牛乳	1本
にんじん	5g	豚肉	15g	かつお	60g	牛乳	1本	鶏肉	60g
ホールコーン	5g	塩	0.1g	土しろうが	1g	豚肉	30g	土しろうが	1g
おき枝豆	5g	こしょう	0.01g	酒	1g	にんじん	20g	濃口しょうゆ	3g
ツナオイル漬け	15g	サラダ油	0.5g	濃口しょうゆ	0.3g	たまねぎ	50g	酒	1g
塩	0.6g	キャベツ	50g	米粉	2g	系こんにやく	10g	すりおろしりんご	5g
こしょう	0.03g	紅しょうが	1g	片栗粉	4g	じゃがいも	70g	濃口しょうゆ	3g
濃口しょうゆ	1g	小麦粉	20g	揚げ油	5g	三度豆	5g	酒	2g
チキンスープ	10g	塩	0.2g	梅肉	1g	さとう	3g	さとう	1g
牛乳	1本	こしょう	0.02g	黒砂糖	1g	濃口しょうゆ	6g	たまねぎ(八幡産)	30g
にんじん	10g	山芋粉	1g	みりん	0.9g	みりん	1g	おろしにんにく	0.2g
キャベツ	40g	液卵	20g	濃口しょうゆ	1.1g	けずりぶし	1g	レモン果汁	0.5g
ポークウインナー	10g	だし汁	10g	水	2.2g	水	30g	豚肉	20g
薄口しょうゆ	0.5g	お好み焼きソース	15g	ベーコン	10g	太もやし	20g	にんじん	10g
カレー粉	0.2g	粉かつお	0.5g	じゃがいも	30g	小松菜	10g	たまねぎ(八幡産)	20g
塩	0.2g	青のり	0.1g	にんじん	10g	ホールコーン	10g	ひよこ豆(蒸)	10g
こしょう	0.03g	ノンエッグマヨネーズ	1袋	たまねぎ(八幡産)	10g	にんじん	3g	キャベツ	30g
サラダ油	0.5g	鶏肉	20g	サラダ油	0.2g	ちりめんじゃこ	1g	トマトピューレ	5g
豚肉	10g	にんじん	10g	チンゲン菜	5g	レモン果汁	1g	トマトチャップ	8g
たまねぎ(八幡産)	30g	太もやし	10g	豆乳	15g	さとう	0.4g	塩	0.3g
にんじん	10g	もずく	10g	八幡の白みそ	10g	濃口しょうゆ	2g	こしょう	0.02g
小松菜	10g	青ねぎ(八幡産)	5g	塩	0.4g	サラダ油	0.4g	ローリエ	0.01g
薄口しょうゆ	3g	塩	0.5g	けずりぶし	2g			薄口しょうゆ	2g
けずりぶし	2g	薄口しょうゆ	3g	水	100g			チキンスープ	6g
塩	0.5g	けずりぶし	2g					水	100g
こしょう	0.02g	水	100g						
水	100g								

【わくわく給食】

今年度は、食べ物にまつわるお話とその料理を毎月のテーマにしています。

今月は、「大ピンチずかん」より、牛乳のお話とコラボした献立を提供します。

