

5月の予定献立表



| 5月1日(月) | | 5月2日(火) | | 5月8日(月) | | 5月9日(火) | | 5月10日(水) | |
|---------------------------------|------------|-------------------------------|------------|------------------------------------|------------|----------------------------------|------------|---------------------------|------------|
| 小 572 kcal | 中 707 kcal | 小 698 kcal | 中 842 kcal | 小 574 kcal | 中 708 kcal | 小 593 kcal | 中 733 kcal | 小 549 kcal | 中 676 kcal |
| ゆかりご飯 牛乳 肉じゃが きゅうりの酢の物 | | 鶏そぼろ丼 牛乳 かきたま汁 かしわもち | | ごはん 牛乳 プリプリ中華炒め チンゲン菜のスープ | | ごはん 牛乳 白身魚の三色野菜かけ けんちん汁 | | ごはん 牛乳 回鍋肉 春雨スープ | |
| 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 | 80 g | 米 | 80 g | 米 | 80 g | 米 | 80 g | 米 | 80 g |
| ゆかり | 2 g | 鶏ミンチ | 40 g | 牛乳 | 1本 | 牛乳 | 1本 | 牛乳 | 1本 |
| 牛乳 | 1本 | 高野豆腐 | 2 g | 鶏肉 | 40 g | ホホ | 50 g | 豚肉 | 40 g |
| 牛肉 | 30 g | 土しよが | 0.8 g | 土しよが | 1 g | 米粉 | 4 g | 塩 | 0.05 g |
| にんじん | 20 g | にんじん | 15 g | おろしにんにく | 0.2 g | 片栗粉 | 6 g | こしよ | 0.01 g |
| たまねぎ | 50 g | サラダ油 | 3 g | 酒 | 1 g | 揚げ油 | 5 g | にんじん | 10 g |
| 系こんにやく | 10 g | 三度豆 | 10 g | 濃口しよゆ | 2 g | おろしにんにく | 0.1 g | キャベツ | 40 g |
| じゃがいも | 70 g | さとう | 3 g | サラダ油 | 1 g | 土しよが | 0.2 g | おろしにんにく | 0.1 g |
| 三度豆 | 5 g | 濃口しよゆ | 4 g | にんじん | 10 g | 濃口しよゆ | 3 g | サラダ油 | 0.2 g |
| さとう | 3 g | みりん | 1 g | たけのこ(水煮) | 10 g | さとう | 1 g | さとう | 1.5 g |
| 濃口しよゆ | 6 g | けずりぶし | 1 g | こんにやく | 20 g | 酢 | 1 g | 濃口しよゆ | 1.5 g |
| みりん | 1 g | 水 | 5 g | 三度豆 | 5 g | ピーマン | 5 g | 赤みそ | 2 g |
| けずりぶし | 1 g | 牛乳 | 1本 | うずら卵 | 15 g | 赤パプリカ | 5 g | 酒 | 1 g |
| 水 | 30 g | にんじん | 10 g | さとう | 1 g | 黄パプリカ | 5 g | トウバンジャン | 0.1 g |
| きゅうり | 20 g | とうふ | 30 g | トウバンジャン | 0.1 g | 鶏肉 | 10 g | 片栗粉 | 0.5 g |
| 太もやし | 30 g | 卵 | 20 g | 濃口しよゆ | 1.5 g | にんじん | 15 g | 鶏肉 | 10 g |
| にんじん | 5 g | はくさい(八幡産) | 20 g | 薄口しよゆ | 1 g | ごぼう | 10 g | にんじん | 10 g |
| ちくわ | 10 g | 塩 | 0.4 g | 酢 | 0.5 g | 板こんにやく | 15 g | たまねぎ | 20 g |
| さとう | 1.5 g | 薄口しよゆ | 3 g | 片栗粉 | 1 g | 青ねぎ(八幡産) | 5 g | 太もやし | 15 g |
| 濃口しよゆ | 1 g | 片栗粉 | 1 g | ごま油 | 0.5 g | とうふ | 30 g | はるさめ | 7 g |
| 酢 | 3 g | けずりぶし | 3 g | チンゲン菜 | 20 g | 薄口しよゆ | 3 g | チンゲン菜 | 10 g |
| | | 水 | 100 g | たまねぎ | 20 g | 塩 | 0.5 g | 塩 | 0.4 g |
| | | かしわもち | 1こ | にんじん | 15 g | けずりぶし | 3 g | こしよ | 0.02 g |
| | | | | 豚肉 | 10 g | 水 | 80 g | 薄口しよゆ | 3 g |
| | | | | 薄口しよゆ | 3 g | | | けずりぶし | 3 g |
| | | | | 塩 | 0.5 g | | | 水 | 100 g |
| | | | | こしよ | 0.02 g | | | | |
| | | | | けずりぶし | 2 g | | | | |
| | | | | 水 | 100 g | | | | |

端午の節句献立

かみかみ献立

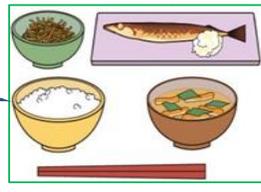
| 5月11日(木) | | 5月12日(金) | | 5月15日(月) | | 5月16日(火) | | 5月17日(水) | |
|-------------------------------------|------------|----------------------------------|------------|--------------------------------|------------|------------------------------|------------|-----------------------------------|------------|
| 小 575 kcal | 中 710 kcal | 小 570 kcal | 中 675 kcal | 小 580 kcal | 中 701 kcal | 小 574 kcal | 中 709 kcal | 小 676 kcal | 中 833 kcal |
| 豆ご飯 牛乳 豚肉のしょうが焼き じゃがいものみそ汁 | | 抹茶きなこパン 牛乳 ポトフ きゃべつのサラダ | | 山菜ごはん 牛乳 鶏肉のごま焼き すまし汁 | | ごはん 牛乳 プルコギ ワンタンスープ | | チキンのパエリア 牛乳 野菜コロッケ 洋風スープ | |
| 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 | 70 g | コッペパン | 1こ | 米 | 70 g | 米 | 80 g | 米 | 65 g |
| えんどう豆 | 15 g | 揚げ油 | 3 g | 山菜 | 10 g | 牛乳 | 1本 | 麦 | 5 g |
| 塩 | 0.2 g | きな粉 | 4 g | 油揚げ | 5 g | 牛肉 | 30 g | 鶏肉 | 30 g |
| 牛乳 | 1本 | 抹茶 | 0.2 g | にんじん | 10 g | 濃口しよゆ | 0.5 g | ベーコン | 5 g |
| 豚肉 | 50 g | 上白糖 | 4 g | みりん | 1 g | みりん | 1 g | オリーブ油 | 1 g |
| たまねぎ | 50 g | 塩 | 0.1 g | 酒 | 1 g | おろしにんにく | 0.1 g | おろしにんにく | 0.1 g |
| 土しよが | 1 g | 牛乳 | 1本 | 塩 | 0.7 g | ごま油 | 0.5 g | にんじん | 5 g |
| キャベツ | 20 g | ポテトサラダ | 30 g | 薄口しよゆ | 2 g | キャベツ | 40 g | たまねぎ | 10 g |
| 濃口しよゆ | 5 g | にんじん | 15 g | だしこんぶ | 0.5 g | たまねぎ | 30 g | トマト缶詰 | 5 g |
| 酒 | 1 g | たまねぎ | 40 g | けずりぶし | 0.5 g | にんじん | 15 g | ピーマン | 5 g |
| さとう | 0.5 g | じゃがいも | 30 g | 牛乳 | 1本 | にら | 5 g | ターメリック | 0.3 g |
| サラダ油 | 1 g | 塩 | 0.6 g | 鶏肉 | 1切 | さとう | 2 g | 白ワイン | 1 g |
| にんじん | 5 g | こしよ | 0.02 g | 小学校 60g | | 濃口しよゆ | 3 g | 塩 | 0.8 g |
| たまねぎ | 20 g | チキンスープ | 6 g | 中学校 70g | | おろしにんにく | 0.2 g | こしよ | 0.03 g |
| 油揚げ | 7 g | ローリエ | 0.01 g | さとう | 0.5 g | サラダ油 | 1 g | チキンスープ | 10 g |
| じゃがいも | 30 g | 水 | 50 g | 一味とうがらし粉 | 0.01 g | 豚肉 | 20 g | 牛乳 | 1本 |
| 青ねぎ(八幡産) | 5 g | キャベツ | 50 g | おろしにんにく | 0.4 g | にんじん | 10 g | 野菜コロッケ | 1こ |
| 八幡のみそ | 9 g | チキンハム | 10 g | ごま油 | 0.8 g | たまねぎ | 20 g | 小学校 50g | |
| 八幡の白みそ | 3 g | ホールコーン | 5 g | 濃口しよゆ | 3 g | 太もやし | 20 g | 中学校 60g | |
| けずりぶし | 3 g | 塩 | 0.1 g | 白いりごま | 2 g | 土しよが | 1 g | 揚げ油 | 8 g |
| 水 | 100 g | こしよ | 0.02 g | とうふ | 30 g | 青ねぎ(八幡産) | 5 g | ベーコン | 10 g |
| | | 濃口しよゆ | 1 g | にんじん | 10 g | ワンタンの皮 | 5 g | にんじん | 10 g |
| | | さとう | 0.2 g | えのきたけ | 5 g | 塩 | 0.3 g | たまねぎ | 30 g |
| | | サラダ油 | 0.5 g | チンゲン菜 | 15 g | こしよ | 0.02 g | 小松菜 | 10 g |
| | | 酢 | 1 g | カットわかめ | 0.3 g | 薄口しよゆ | 4 g | ひよこ豆 | 10 g |
| | | | | 薄口しよゆ | 3 g | 塩 | 3 g | 塩 | 0.4 g |
| | | | | 塩 | 0.2 g | 水 | 100 g | こしよ | 0.02 g |
| | | | | けずりぶし | 3 g | | | 薄口しよゆ | 1 g |
| | | | | だしこんぶ | 0.5 g | | | チキンスープ | 8 g |
| | | | | 水 | 100 g | | | ローリエ | 0.01 g |
| | | | | | | | | 水 | 100 g |

わくわく献立

今年度のわくわく給食は「歌とコラボ」です♪
5月は「お豆戦隊ビビンビーン」とのコラボで、豆ごはんの献立です。

抹茶きな粉パンの抹茶は八幡産のものを使用しています。

※ 中学生は表示より約1.2~1.3倍の分量です。
※ kcal表示は 小:小学生、中:中学生です。
※ 野菜や献立は天候等により変更になる場合があります。

| 5月18日(木) | | 5月19日(金) | | 5月22日(月) | | 5月23日(火) | | 5月24日(水) | |
|---------------------------------------|------------|---|------------|----------------------------------|------------|---|------------|---------------------------------|------------|
| 小 630 kcal | 中 767 kcal | 小 472 kcal | 中 567 kcal | 小 608 kcal | 中 753 kcal | 小 567 kcal | 中 682 kcal | 小 703 kcal | 中 857 kcal |
| ごはん 牛乳 鯖の塩焼き きゅうりの華風あえ 豚汁 | | 小型パン 牛乳 和風スパゲティ 野菜サラダ | | ごはん 牛乳 厚揚げと豚肉の味噌煮 かわりあえ | | ごはん 牛乳 鯖の照り焼き ほうれん草のあえもの とうふとわかめのすまし汁 | | ごはん お好み焼き 牛乳 たまねぎのみそ汁 | |
| 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 | 80 g | 小型パン | 1こ | 米 | 80 g | 米 | 80 g | 米 | 80 g |
| 牛乳 | 1本 | 牛乳 | 1本 | 牛乳 | 1本 | 牛乳 | 1本 | 豚肉 | 15 g |
| 塩鯖 | 1切 | スパゲティ | 30 g | 厚揚げ | 60 g | ざわち | 1切 | 塩 | 0.1 g |
| 小学校 50g | | 鶏肉 | 20 g | 豚肉 | 20 g | 小学校 60g | | こしょう | 0.01 g |
| 中学校 60g | | にんじん | 15 g | にんじん | 15 g | 中学校 70g | | するめいか | 10 g |
| サラダ油 | 0.3 g | たまねぎ | 50 g | たけのこ(水煮) | 15 g | 濃口しょうゆ | 2 g | サラダ油 | 0.5 g |
| きゅうり | 40 g | しめじ | 15 g | たまねぎ(八幡産) | 30 g | みりん | 1 g | キャベツ | 50 g |
| 土しょうが | 1 g | おろしにんにく | 0.25 g | 濃口しょうゆ | 6 g | 酒 | 1 g | 紅しょうが | 1 g |
| ごま油 | 0.5 g | 塩 | 0.5 g | 酒 | 5 g | 濃口しょうゆ | 3 g | 小麦粉 | 20 g |
| さとう | 0.5 g | こしょう | 0.02 g | さとう | 2.5 g | さとう | 1 g | 塩 | 0.2 g |
| 濃口しょうゆ | 2 g | 濃口しょうゆ | 3 g | みりん | 6 g | みりん | 1 g | こしょう | 0.02 g |
| 酢 | 1 g | 白ワイン | 1 g | 合わせみそ | 5 g | 片栗粉 | 0.5 g | 山芋粉 | 1 g |
| ラー油 | 0.03 g | サラダ油 | 1 g | 三度豆 | 5 g | 水 | 5 g | 卵 | 20 g |
| 豚肉 | 10 g | キャベツ | 40 g | けずりぶし | 1 g | ほうれん草 | 20 g | だし汁 | 10 g |
| にんじん | 10 g | にんじん | 10 g | 水 | 40 g | にんじん | 5 g | お好み焼きソース | 15 g |
| ごぼう | 10 g | チキンハム | 10 g | キャベツ | 20 g | キャベツ | 20 g | 粉かつお | 0.5 g |
| 大根 | 15 g | 柑橘ドレッシング | 3 g | 小松菜 | 10 g | 糸かつお | 1 g | 青のり | 0.1 g |
| 板こんにゃく | 10 g | | | ホールコーン | 10 g | さとう | 0.5 g | ノンエッグマヨネーズ | 1袋 |
| 油揚げ | 5 g | | | にんじん | 3 g | 濃口しょうゆ | 2 g | 牛乳 | 1本 |
| 青ねぎ(八幡産) | 5 g | | | ちりめんじゃこ | 1 g | にんじん | 10 g | たまねぎ | 20 g |
| 八幡のみそ | 9 g | | | レモン果汁 | 1 g | たまねぎ(八幡産) | 10 g | 小松菜 | 10 g |
| 八幡の白みそ | 3 g | | | さとう | 0.4 g | とうふ | 20 g | 油揚げ | 5 g |
| けずりぶし | 2 g | | | 濃口しょうゆ | 2 g | カットわかめ | 0.3 g | にんじん | 5 g |
| 水 | 100 g | | | サラダ油 | 0.4 g | 青ねぎ(八幡産) | 5 g | 八幡のみそ | 9 g |
| | | | | | | 薄口しょうゆ | 3 g | 八幡の白みそ | 3 g |
| | | | | | | 塩 | 0.2 g | けずりぶし | 3 g |
| | | | | | | けずりぶし | 3 g | 水 | 100 g |
| | | | | | | だしこんぶ | 0.5 g | | |
| | | | | | | 水 | 100 g | | |
| | | | | | |  | | | |
| | | | | 一汁二菜の和食献立です。 | | | | | |
| 5月25日(木) | | 5月26日(金) | | 5月29日(月) | | 5月30日(火) | | 5月31日(水) | |
| 小 619 kcal | 中 767 kcal | 小 569 kcal | 中 660 kcal | 小 562 kcal | 中 693 kcal | 小 656 kcal | 中 803 kcal | 小 661 kcal | 中 821 kcal |
| ごはん 牛乳 酢豚 五目汁 | | コッペパン いちごジャム 牛乳 鶏肉のレモン風味焼き ベジタブルスープ | | ツナピラフ 牛乳 ジャーマンポテト 野菜スープ | | カレーライス 牛乳 野菜とベーコンのソテー りんごゼリー | | ごはん 牛乳 かつおの黒潮ソースあえ 相性汁 | |
| 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 | 80 g | コッペパン | 1こ | 米 | 70 g | 米 | 74 g | 米 | 80 g |
| 牛乳 | 1本 | いちごジャム | 1こ | たまねぎ | 11 g | 麦 | 6 g | 牛乳 | 1本 |
| 豚肉 | 50 g | 牛乳 | 1本 | にんじん | 5 g | 牛肉 | 20 g | かつお | 60 g |
| ジンジャーパウダー | 0.1 g | 鶏肉 | 1切 | ホールコーン | 5 g | 塩 | 0.3 g | 土しょうが | 1.2 g |
| ガーリックパウダー | 0.1 g | 小学校 60g | | むぎ枝豆 | 5 g | こしょう | 0.04 g | 酒 | 1.5 g |
| 濃口しょうゆ | 3 g | 中学校 70g | | ツナオイル漬け | 15 g | ジンジャーパウダー | 0.04 g | 濃口しょうゆ | 0.3 g |
| 米粉 | 4 g | 塩 | 0.1 g | 塩 | 0.6 g | ガーリックパウダー | 0.04 g | 米粉 | 2 g |
| 片栗粉 | 6 g | こしょう | 0.02 g | こしょう | 0.03 g | たまねぎ | 60 g | 片栗粉 | 4 g |
| 揚げ油 | 5 g | たまねぎ(八幡産) | 25 g | 濃口しょうゆ | 1 g | にんじん | 20 g | 揚げ油 | 5 g |
| にんじん | 10 g | 塩 | 0.2 g | チキンスープ | 10 g | じゃがいも | 50 g | 梅肉 | 2 g |
| たまねぎ(八幡産) | 30 g | 濃口しょうゆ | 1 g | 牛乳 | 1本 | チキンスープ | 5 g | 黒砂糖 | 2 g |
| ピーマン | 5 g | さとう | 1 g | ベーコン | 10 g | 水 | 10 g | みりん | 1.8 g |
| たけのこ(水煮) | 15 g | こしょう | 0.02 g | たまねぎ | 20 g | マーガリン | 6 g | 濃口しょうゆ | 2.2 g |
| トマトチャップ | 3 g | おろしにんにく | 0.1 g | じゃがいも | 60 g | 小麦粉 | 6 g | 水 | 4.5 g |
| 濃口しょうゆ | 3 g | レモン果汁 | 2 g | パセリ | 0.3 g | ペーストチャツネ | 1.5 g | ベーコン | 10 g |
| さとう | 2 g | 白ワイン | 1.5 g | マーガリン | 1 g | 塩 | 0.8 g | じゃがいも | 30 g |
| 酢 | 3 g | 水 | 2 g | 塩 | 0.2 g | こしょう | 0.02 g | にんじん | 10 g |
| 鶏肉 | 10 g | オリーブ油 | 0.5 g | こしょう | 0.01 g | オールスパイス | 0.02 g | たまねぎ(八幡産) | 10 g |
| 土しょうが | 1 g | ベーコン | 10 g | 豚肉 | 10 g | 赤ワイン | 2 g | サラダ油 | 0.2 g |
| にんじん | 10 g | たまねぎ(八幡産) | 10 g | たまねぎ | 30 g | トマトチャップ | 2 g | チンゲン菜 | 5 g |
| たまねぎ(八幡産) | 20 g | にんじん | 10 g | にんじん | 10 g | ウスターソース | 1 g | 豆乳 | 15 g |
| にら | 5 g | キャベツ | 25 g | 小松菜 | 10 g | カレー粉 | 0.5 g | 八幡の白みそ | 10 g |
| 太もやし | 20 g | ホールコーン | 5 g | 薄口しょうゆ | 3 g | カルダモン | 0.01 g | 塩 | 0.4 g |
| 薄口しょうゆ | 4 g | 三度豆 | 5 g | けずりぶし | 3 g | コリアンダー | 0.01 g | けずりぶし | 3 g |
| 塩 | 0.3 g | 薄口しょうゆ | 3 g | 塩 | 0.5 g | ローリエ | 0.01 g | 水 | 100 g |
| こしょう | 0.02 g | チキンスープ | 6 g | こしょう | 0.02 g | 水 | 90 g | | |
| けずりぶし | 3 g | 塩 | 0.3 g | 水 | 100 g | 牛乳 | 1本 | | |
| 水 | 100 g | こしょう | 0.02 g | | | キャベツ | 30 g | | |
| | | 水 | 100 g | | | アスパラガス | 10 g | | |
| | | | | | | ベーコン | 10 g | | |
| | | | | | | サラダ油 | 0.5 g | | |
| | | | | | | 塩 | 0.2 g | | |
| | | | | | | こしょう | 0.03 g | | |
| | | | | | | 濃口しょうゆ | 0.5 g | | |
| | | | | | | りんごゼリー | 1こ | | |

