

日 曜	5月 こ だ て よ て い ひ ょう 浅川町学校給食センター	赤の食品 おもに体つくるもとになる		緑の食品 主に体の調子を整えるもとになる		黄色の食品 主にエネルギーのもとになる		家で食 べてほ しい食 品	栄養成分表示 エネルギーkcal たんぱく質g 脂質g			給食が お休みの 学校	
		牛乳		牛乳		牛乳			幼	小	中		
7	火	ツナ キャベツとチキンのサラダ だいこんのスープ	牛乳 ツナ チーズ とりにく ベーコン		たまねぎ キャベツ ほうれんそう ブロッコリー こまつな しいたけ だいこん たまねぎ にんじん		パン マヨネーズ ごまあぶら	いもるい	-	659	-	幼稚園 浅中	
8	水	ごはん てづくりさばのみそごまやき のりのりサラダ とりごぼうじる	牛乳 さば みそ とりにく のり		キャベツ もやし ごぼう しいたけ にんじん しょうが こんにゃく ほうれんそう だいこん ねぎ		ごはん さとう ごま マヨネーズ	くだもの	471	712	847		
9	木	コッペパン レーズンクリーム はんぺんチーズフライ くきわかめサラダ にくいりワントンスープ	牛乳 はんぺん チーズ くきわかめ かまぼこ なると ぶたにく		ほうれんそう だいこん にんじん きゅうり こまつな しいたけ もやし ねぎ		パン レーズンクリーム あぶら ごまあぶら	だいず製品	429	688	783		
10	金	ごはん てづくりぶたにくのみそやき パンサンスー みそしる	牛乳 ぶたにく みそ たまご ハム		きゅうり しょうが もやし ねぎ にんにく こまつな にんじん		ごはん さとう マロニー ごまあぶら じゃがいも	さかな	458	688	815		
13	月	ごはん てづくりとりにくのブルコギふう きりぼしだいこんのサラダ みそしる	牛乳 とりにく みそ わかめ とうふ		きりぼしだいこん しょうが にんにく にんじん もやし ねぎ きゅうり こまつな えのきだけ		ごはん さとう ごま ごまあぶら じゃがいも	くだもの	420	633	742		
14	火	コッペパン ホイップハニー アスパラガスのイタリアンサラダ マカロニのクリームに ひゅうがなつ	牛乳 チーズ ハム とりにく		アスパラガス たまねぎ にんじん キャベツ ピーマン コーン しめじ パセリ ひゅうがなつ		パン ホイップハニー バター じゃがいも シチュールウ ドレッシング しろはなまめ	だいず製品	422	672	810		
15	水	ごはん ごもくやさいくだんご ぶきのいためもの みそしる	牛乳 とりにく さつまあげ とうふ あぶらあげ わかめ みそ		ぶき こんにゃく にんじん いんげん ねぎ だいこん		ごはん あぶら さとう	いもるい	472	709	801		
16	木	とりなんばんスープ はるまき ひじきいりおひたし	牛乳 ひじき とりにく あぶらあげ なると ツナ		ほうれんそう もやし ねぎ にんじん キャベツ しいたけ だいこん ごぼう はくさい		ソフトめん あぶら さとう	こざかな	565	732	860		
17	金	むぎごはん ハムともやしのちゅうかあえ ポークカレー チーズ	牛乳 ハム ぶたにく たまご チーズ		キャベツ もやし きゅうり にんじん たまねぎ セロリ にんにく しょうが		むぎごはん ごま バター さとう ごまあぶら カレールウ じゃがいも あぶら	きのこ	506	721	899		
20	月	【おたんじょう給食】 チキンライス マカロニサラダ オニオンスープ ヨーグルト	牛乳 とりひきにく ハム ベーコン ヨーグルト		たまねぎ にんじん グリーンピース きゅうり コーン キャベツ		ごはん バター さとう マカロニ マヨネーズ じゃがいも	さかな	455	603	769		
21	火	しょくパン いちご&マーガリン えだまめフリッター ブロッコリーごまサラダ ウインナーいりやさいスープ	牛乳 ウインナー とりにく		キャベツ きゅうり えだまめ ブロッコリー コーン きぬさや たまねぎ にんじん かぶ にんにく		パン いちご&マーガリン あぶら ごま	だいず製品	456	689	791		
22	水	ごはん てづくりさけのこうそうやき はるさめとわかめのちゅうかサラダ みそしる	牛乳 さけ チーズ みそ わかめ ハム とうふ あぶらあげ		パセリ もやし にんじん きゅうり だいこん ねぎ しいたけ		ごはん パンこ あぶら はるさめ さとう ごまあぶら	くだもの	404	622	-	浅中	
23	木	こくとうパン てづくりタンドリーチキン ビーンズサラダ チンゲンサイとはるさめのスープ	牛乳 とりにく ヨーグルト ベーコン		キャベツ ブロッコリー ねぎ コーン きゅうり しいたけ にんにく チンゲンサイ にんじん もやし		こくとうパン ごま だんご ごまあぶら さとう きんときまめ はるさめ	さかな	431	627	755		
24	金	ごはん キャロットシューマイ あおなとえのきのおかかあえ マーボーとうふ	牛乳 ぶたひきにく とうふ みそ かまぼこ かつおぶし		にんじん こまつな しいたけ もやし えのきだけ ねぎ しょうが たまねぎ たけのこ にんにく いら		ごはん ごまあぶら さとう だんご	かいそう	440	-	807	浅小	
27	月	ゆかりごはん てづくりわふうグラタン もやしとブロッコリーのごまあえ みそしる	牛乳 ぶたひきにく チーズ こおりとうふ みそ		たまねぎ にんじん にんにく もやし マッシュルーム パセリ たまねぎ しそ キャベツ ブロッコリー こまつな		ごはん マカロニ あぶら さとう ごま じゃがいも	さかな	453	-	804	浅小	
28	火	せわれコッペパン スラッピーショー アスパラガスのマヨネーズサラダ コーンとたまごのスープ	牛乳 ぶたひきにく とりひきにく たまご だいず チーズ ベーコン		たまねぎ にんじん コーン たけのこ グリーンピース にんにく ほうれんそう アスパラガス キャベツ ブロッコリー		パン あぶら さとう マヨネーズ ごまあぶら だんご	いもるい	445	648	781		
29	水	ごはん てづくりとりにくのからあげレモンしょうゆ やさいとたまごのチーズあえ みそしる	牛乳 とりにく チーズ たまご とうふ あぶらあげ みそ		レモン しょうが ほうれんそう キャベツ もやし にんじん しいたけ だいこん ねぎ		ごはん だんご あぶら さとう ごまあぶら	かいそう	464	698	827		
30	木	パン オムレツ かいそうサラダ ミネストローネスープ	牛乳 たまご かいそう かまぼこ ベーコン チーズ		キャベツ にんじん トマト コーン パイン パセリ たまねぎ にんにく		パン あぶら さとう マカロニ	だいず製品	431	629	756		
31	金	むぎごはん じゃがいものそぼろに みそしる なっとう	牛乳 とりひきにく だいず なっとう なまあげ みそ		たけのこ にんじん えだまめ だいこん こまつな ねぎ		むぎごはん じゃがいも あぶら さとう だんご ぶ	くだもの	458	669	796		
※材料等の都合により、献立を変更する場合がありますので、ご了承ください。									月平均			塩分g/食物繊維g	
									454	671	803	幼 1.8 小 2.5/4.3	
									17.5	25.7	30.0	3.3 中 3.0/5.4	
									15.0	23.0	25.0		