

令和5年5月分学校給食基準献立予定表(詳細版)

※分量(g)は中学年の1人分です。  
 ※学校行事等により献立を変更したり、お休みしたりすることがありますのでご了承ください。

A	1(月)	2(火)	12(金)	8(月)	9(火)	10(水)	11(木)	19(金)	15(月)	16(火)	17(水)	18(木)		
B	1(月)	2(火)	8(月)	9(火)	10(水)	11(木)	12(金)	15(月)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)		
C	1(月)	2(火)	9(火)	10(水)	11(木)	12(金)	8(月)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)	15(月)		
D	2(火)	1(月)	10(水)	11(木)	12(金)	8(月)	9(火)	17(水)	18(木)	19(金)	15(月)	16(火)		
E	2(火)	1(月)	11(木)	12(金)	8(月)	9(火)	10(水)	18(木)	19(金)	15(月)	16(火)	17(水)		
献立名	チキンカレー(ごはん)	麦ごはん	ぶどうパン	麦ごはん	あじのたれカツ丼(ごはん)	黒パン	サンマーメン	黒パン	中華風たきこみごはん	マーボー生揚げ丼(ごはん)	ぶどうパン	麦ごはん		
	チキンカレー(ソース)	牛乳	牛乳	牛乳	あじのたれカツ丼(具)	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	マーボー生揚げ丼(具)	牛乳	牛乳		
	牛乳	とり肉と凍り豆腐の揚げ煮	炒めビーフン	とり肉と生揚げのチリソース炒め	牛乳	ミートソースグラタン	じゃがいもと大豆のから揚げ	ホワイトシチュー	揚げギョウザ	牛乳	とり肉とじゃがいものケチャップあえ	変わりきんぴら		
	もやしのサラダ	おひたし	ごまドレッシングサラダ	ナムル	豚汁	いろどリスープ	タルト	春雨サラダ	塩だれキャベツ	たまごスープ	ごまマヨネーズサラダ	からしあえ		
												味付けおかか		
材料名	米	米	ぶどうパン	米	米(委託炊飯)	黒パン	中華麺	黒パン	米	米(委託炊飯)	ぶどうパン	米		
	麦	麦		麦	あじ		豚肉		麦	冷凍生揚げ		麦		
	油	油	牛乳	油	塩	牛乳	人参	牛乳	酒	豚ひき肉	牛乳	油		
	酒	酒		酒	こしょう		玉ねぎ		水	大豆ミート		酒		
	水	水	ビーフン	水	小麦粉	マカロニ	もやし	豚肉	しょうが	しょうが	鶏肉	水		
	鶏肉		豚肉		小麦粉	塩	にら	人参	豚肉	しょうが	長ねぎ	塩		
	人参	牛乳	人参	牛乳	水	豚ひき肉	しょうが	じゃがいも	人参	人参	人参	こしょう	牛乳	
	じゃがいも		干し椎茸		パン粉	大豆ミート	にんにく	玉ねぎ	干し椎茸	もやし	片栗粉			
	玉ねぎ	鶏肉	玉ねぎ	鶏肉	油	玉ねぎ	油	油	油	ごま油	油	じゃがいも	豚肉	
	にんにく	しょうゆ	もやし	塩	しょうゆ	人参	かつお節	油	油	さとう	さとう	油	さつまいも	
	しょうが	しょうが	キャベツ	こしょう	さとう	にんにく	濃縮スープ(ポーク)	濃縮スープ(チキン)	バター	塩	しょうゆ	玉ねぎ	ごぼう	
	油	酒	小松菜	しょうが	酒	セロリ	濃縮スープ(ポーク)	濃縮スープ(チキン)	小麦粉	しょうゆ	酒	赤みそ	人参	
	油	片栗粉	油	にんにく	みりん	油	しょうゆ	濃縮スープ(ポーク)	濃縮スープ(ポーク)	濃縮スープ(ポーク)	酒	豆板醤	つきこんにゃく	
	小麦粉	凍り豆腐	塩	玉ねぎ	水	濃縮スープ(ポーク)	オイスターソース	塩	塩	グリッピーズ	片栗粉	中濃ソース	油	
	カレー粉	片栗粉	こしょう	油			トマトケチャップ	塩	こしょう		水	さとう	グリッピーズ	
	濃縮スープ(チキン)	油	しょうゆ	しょうゆ	冷凍生揚げ	牛乳	デミグラスソース	こしょう	脱脂粉乳	牛乳	ごま油		さとう	
	塩	長ねぎ			トマトケチャップ		塩	片栗粉	ローリエ			キャベツ	しょうゆ	
	トマトケチャップ	油	キャベツ	中濃ソース	豚肉	こしょう	こしょう	水	水	ギョウザ	牛乳	人参	白ごま	
	ウスターソース	しょうゆ	きゅうり	さとう	人参	さとう	さとう	ごま油				ほうれん草		
	しょうゆ	さとう	白ごま	豆板醤	じゃがいも	中濃ソース			緑豆春雨			鶏肉	白ごま	キャベツ
	ローリエ	みりん	酢	片栗粉	玉ねぎ	小麦粉	牛乳	牛乳	人参	キャベツ	人参	人参	しょうゆ	小松菜
	水	一味とうがらし	しょうゆ	水	大根	水			キャベツ	人参	玉ねぎ	卵めきマヨネーズ	しょうゆ	
		水	さとう	さとう	小松菜	とろけるチーズ	じゃがいも	じゃがいも	さとう	小松菜	キャベツ	からし粉	からし粉	
	牛乳	白ごま	サラダ油	もやし	冷凍豆腐	かつお節	大豆(ボイル)	大豆(ボイル)	しょうゆ	しょうゆ	にんにく	しょうゆ	からし粉	
			ごま油	人参	かつお節	ウインナーソーセージ(鉄)	片栗粉	片栗粉	酢	ごま油	ごま油	ほうれん草	酢	味付けおかか
	もやし	キャベツ		小松菜	白みそ	人参	油	油	ごま油	塩	濃縮スープ(チキン)			
	小松菜	人参		しょうゆ	水	キャベツ	塩	塩	からし粉	こしょう	塩			
	ホールコーン	小松菜		ごま油		小松菜			サラダ油	白ごま	こしょう			
	しょうゆ	しょうゆ		白ごま		ホールコーン	りんごのタルト				しょうゆ			
	酢					わかめ					片栗粉			
	さとう					濃縮スープ(ポーク)					水			
	白ごま					しょうゆ								
					塩									
					片栗粉									
					水									
エネルギー	642kcal	614kcal	592kcal	591kcal	644kcal	648kcal	566kcal	616kcal	568kcal	691kcal	614kcal	582kcal		
たんぱく質	24.7g	23.7g	24.6g	23.6g	28.1g	29.5g	23.3g	26.8g	19.7g	34.1g	26.6g	26.3g		

令和5年5月分学校給食基準献立予定表(詳細版)

A	26(金)	22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	29(月)	31(水)	30(火)			
B	22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)	29(月)	30(火)	31(水)			
C	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)	22(月)	30(火)	29(月)		31(水)		
D	24(水)	25(木)	26(金)	22(月)	23(火)	31(水)	29(月)			30(火)	
E	25(木)	26(金)	22(月)	23(火)	24(水)	30(火)	31(水)	29(月)			
献立名	チキンピラフ	ハヤシライス(麦ごはん)	ごはん	食パン	タイ風焼きそば	チーズパン	たけのこごはん	ツナそぼろごはん(ごはん)	黒パン	麦ごはん	
	牛乳	ハヤシライス(ソース)	牛乳	牛乳	牛乳	発酵乳	牛乳	ツナそぼろごはん(具)	牛乳	牛乳	
	ポイルウインナー	牛乳	さばのごまみそ焼き	じゃがいものクリーム煮	トックスープ	野菜のスープ煮	肉団子	牛乳	ヤンニョムチキン	肉じゃが	
	みそドレッシングサラダ	わかめサラダ	塩ちゃんこ汁	グリーンサラダ	ヨーグルト	スパゲッティサラダ	ごまあえ	みそワントン	ほうれん草のサラダ	しょうがあえ	
				りんごジャム					ゼリー		
材料名	米 62	米 70	米(委託炊飯) 80	食パン 60	蒸し麺 45	チーズパンB 50	米 62	米(委託炊飯) 80	黒パン 50	米 70	
	麦 8	麦 10			豚肉 30		麦 8	ツナ 55		麦 10	
	酒 0.8	油 0.3	牛乳 206	牛乳 206	人参 5	ブルーネ発酵乳 213	酒 1.5	凍り豆腐 6	牛乳 206	油 0.3	
	水	酒 1			玉ねぎ 25		水	人参 10		酒 1	
	鶏肉 22	水	さば 60	鶏肉 40	もやし 50	豚肉 35	たけのこ 13	しょうが 0.7	鶏肉 60	水	
	人参 10	豚肉 30	赤みそ 4	玉ねぎ 30	油 2	ウインナーソーセージ(鉄) 3	冷凍油揚げ 7	しょうゆ 3.9	塩 0.1		
	玉ねぎ 20	人参 12	さとう 1	じゃがいも 70	にら 3	人参 18	しょうゆ 3.5	さとう 2.6	こしょう 0.03	牛乳 206	
	ホールコーン 6	玉ねぎ 42	酒 1	人参 12	しょうゆ 5.5	じゃがいも 100	塩 0.35	酒 1.5	片栗粉 8		
	油 1.5	じゃがいも 50	みりん 1	ホールコーン 10	トマトケチャップ 5	玉ねぎ 40	かつお節 1	みりん 0.8	油 35	豚肉 40	
	濃縮スープ(チキン) 2	油 0.7	油 1	ベーコン 2	オイスターソース 2	濃縮スープ(ポーク) 5	水		長ねぎ 3.6	人参 15	
	塩 0.9	グリーンピース 2	白ごま 3	油 1	さとう 2	塩 0.6		牛乳 206	油 0.12	玉ねぎ 30	
	こしょう 0.02	濃縮スープ(ポーク) 2	グリーンピース 2	グリーンピース 2		こしょう 0.01	牛乳 206		コチジャン 1	じゃがいも 85	
	グリーンピース 2	トマトケチャップ 10	鶏肉 20	油 2	牛乳 206	しょうゆ 0.7		ウエーブワントン 8	しょうゆ 0.3	油 1.2	
		デミグラスソース 5	人参 15	バター 1.5		ローリエ 0.01	肉団子 60	豚肉 20	さとう 0.2	グリーンピース 2	
	牛乳 206	中濃ソース 3	大根 35	小麦粉 4	鶏肉 20	水 60	油 35	人参 10	一味とうがらし 0.01	さとう 4.5	
		さとう 0.5	長ねぎ 5	濃縮スープ(チキン) 3	大根 20		さとう 1.1	キャベツ 12	トマトケチャップ 4	しょうゆ 6.5	
	ウインナーソーセージ(鉄) 30	塩 0.7	小松菜 15	塩 0.7	人参 10	スパゲッティ 6	しょうゆ 2.2	もやし 30	酒 1	みりん 1	
		こしょう 0.03	白玉もち 20	こしょう 0.04	長ねぎ 5	人参 5	みりん 1.1	にんにく 0.2	みりん 1		
	キャベツ 35	ナツメグ 0.01	冷凍油揚げ 5	脱脂粉乳 12	しょうが 0.1	キャベツ 35	片栗粉 0.2	しょうが 0.2	水 2	キャベツ 35	
	人参 5	赤ワイン 1	かつお節 1.5	白ワイン 1	にんにく 0.1	さとう 0.3	水 5	油 0.5	白ごま 1	もやし 20	
	もやし 10	ローリエ 0.01	塩 1	ローリエ 0.01	塩 0.6	塩 0.22		小松菜 8		しょうが 0.8	
	小松菜 10	水 70	水 120	水 80	しょうゆ 2	酢 0.9	キャベツ 35	濃縮スープ(ポーク) 5	ほうれん草 25	小松菜 10	
	白みそ 3.1	米粉 6			こしょう 0.01	こしょう 0.01	人参 10	しょうゆ 1.5	キャベツ 25	しょうゆ 2.6	
	さとう 1.7	水			キャベツ 40	濃縮スープ(チキン) 5	サラダ油 1.2	もやし 20	ホールコーン 20		
	サラダ油 1				きゅうり 5	トック 30	卵ぬきマヨネーズ 3.7	白ごま 2.8	しょうゆ 1.4		
	酢 1.7	牛乳 206			ほうれん草 10	水 130		さとう 2.2	水 120	塩 0.13	
	ごま油 0.3				塩 0.27			しょうゆ 2.8	ごま油 0.5	酢 0.7	
	白ごま 0.8	わかめ 1.1			酢 1.8	ヨーグルト(鉄) 80			ごま油 0.7		
		キャベツ 45			こしょう 0.01						
		人参 5			からし粉 0.04						
		しょうゆ 3.3			サラダ油 2.5					すだちゼリー 40	
		サラダ油 2.2			りんごジャム 15						
エネルギー	566kcal	585kcal	671kcal	661kcal	581kcal	617kcal	598kcal	695kcal	597kcal	583kcal	
たんぱく質	22.0g	21.0g	31.3g	30.0g	27.5g	26.7g	24.4g	31.7g	27.3g	23.3g	