



令和6年度 5月分献立表



邑楽町立学校給食センター

日	曜	献立名		体をつくる		体の調子を整える		エネルギーになる		エネルギー Kcal	たんぱく質 g	脂質 g
				1群 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 牛乳・乳製品 小魚・海そう	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖	6群 油脂			
1	水	ご飯	しらす入り玉子焼き	しらす かつおぶし	牛乳	にんじん	大根	ご飯	油	618	26.2	19.2
		のりふりかけ	とり肉と野菜のさっぱり煮	卵 豆腐	のり	さやえんどう	枝豆 たけのこ	じゃがいも	砂糖	778	31.6	22.4
2	木	ご飯	中華まぜご飯の具	とり肉	牛乳	にんじん	しいたけ 玉ねぎ	ご飯	油	679	22.0	17.3
		柏餅	かつおかつ	ハム	わかめ	チンゲンサイ	ねぎ しょうが	砂糖 小麦粉	ごま油	806	25.5	20.2
7	火	背割りコッペパン	ロングウイナーチリソース	ウイナー	牛乳	トマト ほうれん草	玉ねぎ にんにく	パン	オリーブ油	622	25.7	23.1
		牛乳	ミックスサラダ	ぶた肉		ブロッコリー	キャベツ	マカロニ	ドレッシング	748	30.5	27.9
8	水	ご飯	さばのいしる干し	さば 油揚げ	牛乳	にんじん	枝豆 しらたき	ご飯	油	635	25.1	23.4
		牛乳	五目ひじき	さつま揚げ 豆腐	ひじき	ほうれん草	しいたけ 大根	砂糖	ごま	767	30.1	27.7
9	木	ご飯	ポークカレー	ぶた肉	牛乳	にんじん	にんにく しょうが	ご飯	油	664	20.3	20.1
		牛乳	コーンサラダ	ベーコン	チーズ	ブルーベリー	りんご キャベツ	じゃがいも	ごま油	801	23.8	23.7
10	金	ミルクパン	スペイン風オムレツ	卵	牛乳	にんじん	キャベツ	パン	ドレッシング	621	26.2	23.6
		牛乳	シーザーサラダ	とり肉	チーズ	セロリ	コーン 玉ねぎ	もち麦	油	756	31.3	28.0
13	月	ご飯	ハンバーグ大根おろしソース	とり肉 ぶた肉	牛乳	ほうれん草	大根 玉ねぎ	ご飯	油	662	25.6	21.5
		牛乳	野菜のごま和え	豆腐		にんじん	もやし キャベツ	砂糖	ごま	808	31.2	26.0
14	火	パンキンパン	ぶた肉のワインソース煮	ぶた肉	牛乳	にんじん	玉ねぎ りんご	パン	油	622	28.7	21.5
		牛乳	コールスローサラダ	ベーコン	小松菜	マッシュルーム	キャベツ	マカロニ	ドレッシング	768	34.8	25.7
15	水	ご飯	ピリ辛肉みそ丼の具	ぶた肉	牛乳	ピーマン	玉ねぎ 枝豆	ご飯	油	625	23.6	18.6
		牛乳	春雨スープ	みそ とり肉		にんじん	しいたけ しょうが	砂糖 小麦粉	ごま	764	28.4	21.7
16	木	ご飯	あじのり塩フライ	あじ みそ	牛乳	にんじん	玉ねぎ にんにく	ご飯	油	643	23.4	22.2
		牛乳	新じゃがいもの煮つけ	ぶた肉	わかめ	いんげん	大根	じゃがいも	パン粉	769	28.4	25.2
17	金	黒コッペパン	えびとマカロニのトマトクリーム煮	いんげん豆	牛乳	にんじん	玉ねぎ にんにく	パン	油	630	26.2	21.8
		牛乳	ツナサラダ	えび とり肉	チーズ	トマト	きゅうり	マカロニ	ごま油	788	32.3	25.9
20	月	ご飯	白身魚のフライ	ホキ ぶた肉	牛乳	にんじん	こんにゃく	ご飯	油	622	23.5	19.5
		牛乳	こんにゃくのピリ辛炒め	ちくわ		小松菜	えのきたけ	砂糖	ごま	757	28.3	23.2
21	火	ロールパン	野菜いろいろ肉団子(1. 2. 2)	ぶた肉	牛乳	ブロッコリー	カリフラワー	パン	ドレッシング	611	23.2	21.8
		牛乳	ブロッコリーとチキンのサラダ	豆腐		にんじん	コーン	じゃがいも	油	769	29.0	26.7
22	水	ご飯	とり肉のマリネ(2)	とり肉	牛乳	にんじん	玉ねぎ	ご飯	油	611	25.7	16.7
		牛乳	即席漬け	豆腐	昆布	ピーマン	きゅうり	じゃがいも	砂糖	756	32.7	19.5
23	木	ご飯	ごぼう入りドライカレー	ぶた肉	牛乳	にんじん	にんにく	ご飯	油	667	23.9	21.9
		牛乳	ぷちぷちサラダ	高野豆腐	ヨーグルト	ピーマン	玉ねぎ	じゃがいも	ドレッシング	791	28.5	25.5
24	金	背割りコッペパン	にら入り焼きそば	ぶた肉	牛乳	にんじん	キャベツ	中華麺	油	600	24.5	19.9
		牛乳	にんじん入り焼売(1. 2. 2)	魚すり身	わかめ	にら	もやし	砂糖	ごま	747	30.2	24.2
27	月	ご飯	そぼろご飯の具	とり肉	牛乳	にんじん	玉ねぎ 枝豆	ご飯	油	617	29.5	19.5
		牛乳	ほうれん草とツナの磯和え	大豆	のり	ほうれん草	もやし	砂糖	ごま	752	36.0	23.0
28	火	ココアパン	和風スパゲッティ	とり肉	牛乳	にんじん	キャベツ	パン	油	691	30.1	30.5
		牛乳	花野菜サラダ	ベーコン	チーズ	ブロッコリー	しめじ	小麦粉	バター	845	38.0	35.0
29	水	ご飯	ハッシュドポーク	ぶた肉	牛乳	にんじん	にんにく	ご飯	油	623	20.9	12.2
		牛乳	じゃこサラダ	高野豆腐	ヨーグルト	ピーマン	玉ねぎ	じゃがいも	ごま	804	25.8	23.2
30	木	ご飯	ししゃもフライ(1. 2. 2)	ししゃも	牛乳	小松菜	大根	ご飯	油	652	25.8	22.8
		牛乳	大根としらたきのピリ辛炒め	厚揚げ		ほうれん草	玉ねぎ	砂糖	ごま	811	32.7	27.9
31	金	パーカーハウス	とり肉のハニーマスタード焼き	とり肉	牛乳	にんじん	枝豆	パン	油	642	29.2	30.8
		牛乳	野菜のカレースープ	大豆		ほうれん草	きゅうり	はちみつ	ごま油	790	34.9	36.9

※お米はすべて邑楽町産を使用しています。※都合により献立および食材料を変更する場合がありますのでご了承ください。

※太字は邑楽町産のものを使用予定です。

上段：小学校
下段：中学校



給食費の口座振替のお知らせ

口座振替日は、4月を除く毎月15日になります。(15日が休日の場合は、翌営業日となります。)

5月の振替日は、**5月15日(水)**です。よろしくお願いいたします。

