




2019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			
7	火	食パン チョコクリーム 牛乳	ビーンズシチュー 大根サラダ 黄桃	ぶた肉 大豆 いんげん豆	牛乳 生クリーム	にんじん トマト	だいこん 玉ねぎ きゅうり コーン 黄桃	パン じゃがいも	油 チョコクリーム ドレッシング	666 816	21.8 26.7	21.4 25.7
8	水	ご飯 牛乳	洋風ちらしごはんの具 ホッケの一夜干し かき玉汁	ホッケ 卵 ウインナー 油揚げ	牛乳	にんじん さやえんどう みつば	枝豆 コーン しいたけ 玉ねぎ	ご飯 砂糖 片栗粉	油	648 818	27.0 32.9	20.7 24.5
9	木	ご飯 牛乳	マーボー豆腐 揚げぎょうざ (2・2・3) ナムル	ぶた肉 とり肉 豆腐 みそ	牛乳 ひじき	にんじん ほうれん草 にら	もやし キャベツ にんにく エリンギ ねぎ しょうが 玉ねぎ しいたけ	ご飯 砂糖 片栗粉 小麦粉	ごま油 ごま 油 ドレッシング	716 900	24.8 30.6	23.4 29.1
10	金	ツイストロールパン 牛乳	チキンのオープン焼き 小松菜サラダ ミネストローネ	とり肉 ツナ 大豆 ベーコン	牛乳 チーズ	にんじん 小松菜 トマト	玉ねぎ キャベツ レモン にんにく	パン パン粉 じゃがいも マカロニ 砂糖	油	650 822	28.9 36.3	29.6 36.8
13	月	わかめご飯 牛乳	さばの塩焼き ごまみそ和え じゃがいものみそ汁	さば みそ	牛乳 わかめ	にんじん さやえんどう ほうれん草	もやし キャベツ ねぎ	ご飯 砂糖 じゃがいも	ごま	669 798	28.9 33.9	19.7 22.5
14	火	ナン 牛乳	キーマカレー アーモンドサラダ パイナップル	ぶた肉 おから	牛乳 ヨーグルト	にんじん トマト	キャベツ きゅうり グリンピース プルーン コーン にんにく しょうが パイナップル	ナン じゃがいも	油 パター アーモンド ドレッシング	644 815	22.9 28.4	27.6 34.5
15	水	ご飯 ふりかけ 牛乳	とり肉のみそ焼き お魚サラダ えび団子と豆腐のスープ	とり肉 のり みそ 豆腐 たら えび	牛乳 わかめ ちりめんじゃこ 昆布 桜エビ	にんじん	キャベツ きゅうり ねぎ しいたけ にんにく しょうが えのきたけ	ご飯 砂糖	油	624 786	28.9 35.1	16.9 19.8
16	木	ご飯 牛乳	アロマレッドにんじんしゅうまい (2・2・3) チンジャオロース 中華スープ	ぶた肉 豆腐 ハム うずら卵	牛乳	にんじん ピーマン なら アロマレッドにんじん	たけのこ コーン しいたけ 玉ねぎ しょうが にんにく	ご飯 砂糖 片栗粉	油 ごま油	676 870	26.9 33.6	19.7 24.0
17	金	きなこ揚げパン 牛乳	春キャベツととり肉のクリーム煮 花野菜サラダ レモンゼリー	とり肉 きなこ	牛乳 生クリーム チーズ	にんじん ブロッコリー	キャベツ 枝豆 コーン カリフラワー 玉ねぎ	パン 砂糖 じゃが芋 ゼリー	油 ドレッシング	665 813	26.7 32.3	25.4 30.7
20	月	ご飯 牛乳	厚焼き玉子 肉じゃが 油揚げのみそ汁	卵 ぶた肉 油揚げ みそ	牛乳	にんじん ほうれん草	枝豆 玉ねぎ ねぎ だいこん しらたき	ご飯 じゃがいも 砂糖	油	637 802	24.5 29.6	17.8 20.7
21	火	ミルクパン 牛乳	ぶた肉のワインソース煮 春キャベツのスープ フルーツのゼリー和え	ぶた肉 ベーコン	牛乳	にんじん	玉ねぎ キャベツ りんご マッシュルーム もも みかん パイナップル	パン ゼリー じゃがいも	油	645 801	27.5 33.5	20.2 23.9
22	水	ご飯 ヨーグルト 牛乳	赤魚の西京焼き 大根としらたきのピリ辛炒め 若竹汁	赤魚 みそ とり肉 かまぼこ	牛乳 わかめ ヨーグルト	にんじん 小松菜 みつば	だいこん しらたき にんにく しょうが たけのこ 玉ねぎ しいたけ	ご飯 砂糖	ごま油	635 781	28.2 33.6	14.7 16.5
23	木	ご飯 天井のたれ 牛乳	干しエビのかき揚げ キムチ和え とん汁	ぶた肉 豆腐 みそ	牛乳 干しエビ	にんじん	もやし キャベツ だいこん きゅうり ごぼう ねぎ にんにく しいたけ	ご飯 小麦粉 じゃがいも	油	688 819	20.9 24.2	22.2 25.8
24	金	バンズパン 牛乳	ミートソーススパゲッティ コーンサラダ メロン	とり肉 大豆 おから	牛乳	にんじん ピーマン	玉ねぎ コーン メロン キャベツ きゅうり にんにく こんにゃく	パン スパゲッティ	オリーブ油 ドレッシング	660 806	23.1 27.7	23.2 27.2
27	月	ご飯 牛乳	みそだれ焼肉 中華サラダ 春雨スープ	ぶた肉 豆腐 ツナ みそ	牛乳 わかめ	にんじん にら チンゲンサイ	きゅうり もやし ねぎ しょうが 玉ねぎ にんにく たけのこ	ご飯 砂糖 はるさめ	ごま油 ごま	659 805	28.0 33.9	18.5 21.9
28	火	パーカーハウス 発酵乳	ハンバーグケチャップソース いろどりサラダ コーンポタージュ	とり肉 ぶた肉 いんげん豆	発酵乳 チーズ 牛乳 生クリーム	ブロッコリー パプリカ パセリ	玉ねぎ キャベツ コーン	パン 砂糖 片栗粉	油 ドレッシング	650 824	23.4 29.2	23.2 30.3
29	水	ご飯 牛乳	鮭のチーズフライ 五目ひじき もやしのみそ汁	鮭 とり肉 油揚げ 厚揚げ さつま揚げ みそ	牛乳 チーズ ひじき	にんじん	枝豆 こんにゃく しいたけ ねぎ もやし	ご飯 砂糖 パン粉 小麦粉 じゃがいも	油	706 872	27.2 33.9	21.4 26.2
30	木	麦ご飯 牛乳	チキンカレー ブロッコリーサラダ 美生柑	とり肉	牛乳 チーズ	にんじん ブロッコリー	玉ねぎ プルーン しょうが にんにく キャベツ 美生柑	麦 ご飯	油 ドレッシング	690 836	22.2 26.5	16.9 19.3
31	金	ココアパン 牛乳	しらすオムレツ ⊙ ごぼうサラダ ABC スープ	ベーコン しらす 卵	牛乳	にんじん 小松菜	ごぼう きゅうり コーン だいこん 玉ねぎ キャベツ しめじ	パン じゃがいも マカロニ	油	638 786	24.1 28.4	24.4 29.0

⊙・・・ケチャップパック

※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

《放射性物質測定結果》検査結果の詳細は給食センターのホームページにも掲載しています。

下記の食材の検査をした結果、放射性ヨウ素 (I-131)、放射性セシウム (Cs-134, Cs137) のいずれも不検出でした。

検査機関名	検査器	測定日	試料名
環境衛生試験センター	ゲルマニウム半導体検出器	4月9日	パン用群馬県産小麦(ダブル8号)
環境衛生試験センター	ゲルマニウム半導体検出器	4月9日	麺用県産小麦 (さとのそら・きぬの波・つるびかり)
環境衛生試験センター	ゲルマニウム半導体検出器	4月9日	中華麺用県産小麦 (ダブル8号・さとのそら・きぬの波・つる びかり)

