



令和3年度 5月分献立表



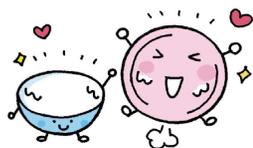
邑楽町立学校給食センター

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			
6	木	ご飯	中華混ぜご飯の具	ハム	牛乳	にんじん	しいたけ 玉ねぎ	ご飯 小麦粉	676	21.3	15.2
		柏餅	ポークしゅうまい (2. 2. 3)	ぶた肉		チンゲンサイ	たけのこ ねぎ 枝豆	砂糖 上新粉	820	25.1	17.8
7	金	牛乳	春雨スープ	豆腐 小豆			もやし キャベツ	春雨			
		背割りコッパン	焼きそば	ぶた肉	牛乳	にんじん	キャベツ もやし	中華麺	634	25.8	22.9
10	月	牛乳	ロングウイナー	ウイナー	牛乳	にら	カリフラワー	パン	802	31.8	28.0
		菜飯	厚焼き玉子	卵 豆腐	牛乳	ほうれん草	えのきたけ きゅうり 大根	ご飯	651	25.5	20.2
11	火	牛乳	青菜とじゃこの磯和え	みそ	のり	にんじん	れんこん ごぼう こんにやく	ごま	800	30.6	23.6
		牛乳	みそけんちん汁	みそ	じゃこ		ねぎ しいたけ	ごま			
12	水	牛乳	ぶた肉のワインソース煮	ぶた肉	牛乳	アスパラガス	玉ねぎ りんご マッシュルーム	パン	604	27.1	22.4
		ご飯	アスパラサラダ	ベーコン		にんじん	キャベツ コーン	じゃがいも	750	33.1	26.9
13	木	牛乳	コンソメスープ				きゅうり	油			
		ご飯	あじフライの	あじ みそ	牛乳	にんじん	ごぼう こんにやく	ご飯	691	24.7	18.6
14	金	牛乳	五目きんぴら	さつま揚げ	牛乳	小松菜	れんこん 大根	砂糖	828	28.9	21.4
		ご飯	もやしと油揚げのみそ汁	油揚げ			もやし 玉ねぎ	小麦粉 パン粉	小麥粉		
17	月	牛乳	さばのいしる干し	さば みそ	牛乳	にんじん	大根 しらたき	ご飯	708	26.2	26.7
		ご飯	大根としらたきのピリ辛炒め	ぶた肉	牛乳	小松菜	しょうが にんにく もやし	砂糖	866	31.8	32.4
18	火	牛乳	かぼちゃのみそ汁	油揚げ		かぼちゃ	玉ねぎ ねぎ				
		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	687	20.4	18.9
19	水	牛乳	コーンサラダ		牛乳	チーズ	玉ねぎ りんご ブルーン	じゃがいも	820	23.8	21.6
		牛乳	オレンジ				キャベツ きゅうり コーン	油			
20	木	牛乳	チキンのオープン焼き	とり肉	牛乳	にんじん	大根 きゅうり	ぱん パン粉	647	32.1	26.9
		ご飯	いかくんサラダ	いかのくんせい ぶた肉	牛乳	ほうれん草	玉ねぎ	砂糖	775	37.2	30.7
21	金	牛乳	ラビオリスープ	ベーコン	牛乳	ほうれん草	にんにく	小麦粉			
		ご飯	さばのいしる干し	さば みそ	牛乳	にんじん	大根 しらたき	ご飯	708	26.2	26.7
24	月	牛乳	大根としらたきのピリ辛炒め	ぶた肉	牛乳	小松菜	しょうが にんにく もやし	砂糖	866	31.8	32.4
		牛乳	かぼちゃのみそ汁	油揚げ		かぼちゃ	玉ねぎ ねぎ				
25	火	牛乳	ブランコッペ	大豆	牛乳	ピーマン	にんにく 玉ねぎ	パン	627	23.8	18.6
		ご飯	大豆のミートソーススパゲッティ	ぶた肉	牛乳	にんじん	キャベツ きゅうり コーン	スパゲッティ	777	28.9	22.2
26	水	牛乳	ゼリー和え	かえでのり			みかん 黄桃 なし	ゼリー			
		ご飯	くわい入りつくね (2. 2. 3)	とり肉 みそ	牛乳	ブロッコリー	にんにく こんにやく	ご飯	648	24.3	20.8
27	木	牛乳	ブロッコリーのツナマヨ和え	ぶた肉	牛乳	にんじん	大根 ねぎ 玉ねぎ	じゃがいも	793	29.8	25.2
		牛乳	とん汁	ぶた肉			ごぼう しいたけ	片栗粉 パン粉	油		
28	金	牛乳	五目うま煮丼の具	ぶた肉 とり肉	牛乳	にんじん	キャベツ 玉ねぎ たけのこ	ご飯 春雨	650	23.5	15.9
		牛乳	棒餃子	いか えび	牛乳	小松菜	しいたけ にんにく	片栗粉	790	28.3	18.7
31	月	牛乳	中華スープ	うずら卵		にら	しょうが ねぎ もやし	小麦粉			
		丸パン	ハンバーグマッシュルームソースかけ	とり肉	牛乳	にんじん	玉ねぎ マッシュルーム	パン	659	27.8	24.2
6	木	牛乳	シーザーサラダ	ぶた肉	牛乳	パセリ	キャベツ きゅうり	パン	820	34.0	29.2
		牛乳	クラムチャウダー	ベーコン あさり			コーン	油			
7	金	牛乳	クラムチャウダー	ベーコン あさり			コーン	油			
		ご飯	ほっけのゆずみそ焼き	ほっけ みそ	牛乳	にんじん	たけのこ	ご飯 砂糖	651	29.5	17.4
24	月	牛乳	新じゃがいもの煮付け	ぶた肉	牛乳	いんげん	玉ねぎ	じゃがいも	781	35.2	20.3
		牛乳	にらたま汁	卵 豆腐		にら	しいたけ	片栗粉	油		
25	火	牛乳	ミルクパン	ぶた肉	牛乳	にんじん	玉ねぎ キャベツ	パン	669	22.3	22.1
		牛乳	ブラウンシチュー	いんげん豆	牛乳	トマト	きゅうり	じゃがいも	油		
26	水	牛乳	グリーンサラダ	ピーチヨーグルト	牛乳	ブロッコリー	黄桃	油	801	27.0	25.4
		牛乳	ピーチヨーグルト								
27	木	牛乳	ピリ辛肉みそ丼の具	ぶた肉	牛乳	にんじん	玉ねぎ 枝豆 たけのこ	ご飯	657	26.1	18.1
		牛乳	ビーフンのサラダ	みそ ツナ	牛乳	ピーマン	しいたけ しょうが	ご飯	797	31.8	21.0
28	金	牛乳	わかめスープ	豆腐 なんと			きゅうり もやし	ビーフン			
		ご飯	黄金煮	ぶた肉	牛乳	にんじん	こんにやく 玉ねぎ	ご飯	690	24.2	18.1
31	月	牛乳	ごまみそ和え	厚揚げ	牛乳	ほうれん草	もやし キャベツ	じゃがいも	828	29.0	21.4
		牛乳	美生柑	みそ			美生柑	砂糖 片栗粉	油		
6	木	牛乳	パーカーハウス	ソースチキンかつ	牛乳	にんじん	キャベツ きゅうり	パン	605	23.1	23.4
		牛乳	発酵乳	チーズサラダ	発酵乳	ほうれん草	玉ねぎ えのきたけ	パン粉	774	26.4	28.0
7	金	牛乳	ウイナーとキャベツのスープ	ウイナー	牛乳	ほうれん草	コーン	砂糖			
		牛乳	ウイナーとキャベツのスープ	ウイナー							
31	月	牛乳	ご飯	そばろご飯の具	ぶた肉	にんじん	枝豆 キャベツ きゅうり しょうが	ご飯	676	26.8	23.1
		牛乳	つぼ漬け和え	大豆 みそ			大根 ごぼう しいたけ	砂糖	824	32.5	27.9
6	木	牛乳	ごぼうときのこのみそ汁	卵 豆腐			しめじ 玉ねぎ ねぎ	油			

※お米はすべて邑楽町産を使用しています。

上段：小学校
下段：中学校

※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。



みなさんは、食べ物の好ききらいがありますか？ わたしたちは、食べることで、命を保ったり活動したり成長したりしています。毎日を元気に過ごすためにも、好ききらいをしないで残さず食べるようにしましょう。



給食費の口座振替のお知らせ

令和3年度から学校給食費は口座振替となります。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17日(月)**です。

よろしくお願いいたします。