



2024年5月献立表



小学校
3・4年

中学校



献立表・給食レシピ・給食の写真をHPやInstagram
にのせています。ぜひ見てくださいね。



ホームページ



Instagram

小学校
3・4年

中学校

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー(kcal) たんぱく質(g)	
1 水	牛乳 ごはん 五月汁 赤魚のなんばんづけ	牛乳 油揚げ 豆腐 煮干し 合わせみそ 赤魚	米 油 砂糖 でんぷん	たけのこ にんじん きゃべつ ねぎ たまねぎ ピーマン	600 25.4	709 29.1
2 木	牛乳 お茶パン 野菜スープ ハンバーグのカラフルソース かしわもち	牛乳 ベーコン とり肉 豚肉	ミルクパン ジャがいも 砂糖 かしわもち	たまねぎ にんじん コーン パセリ ピーマン 赤ピーマン 黄ピーマン	688 26.1	847 31.7
7 火	牛乳 ミルクパン ミネストローネ ポテトサラダ	牛乳 ベーコン ハム	ミルクパン パスタ 砂糖 ジャがいも ノンエッグマヨネーズ	たまねぎ にんじん セロリ きゃべつ トマト パセリ コーン きゅうり	602 20.3	746 24.5
8 水	牛乳 ごはん ぐだくさんのみそ汁 チキンチキンごぼう	牛乳 厚揚げ わかめ 煮干し 合わせみそ とり肉	米 ジャがいも 小麦粉 でんぷん 油 砂糖 ごま	にんじん ねぎ ごぼう だいこん えだまめ	757 28.0	894 32.3
9 木	牛乳 コッペパン やきそば ちりめん入りあまずあえ マーシャルピーンズ	牛乳 豚肉 えび いか ちりめん 昆布	コッペパン 油 砂糖 ちゅうかめん ごま油 マーシャルピーンズ	にんじん きゃべつ もやし たまねぎ ねぎ きゅうり 切干しだいこん	619 25.9	779 31.0
10 金	牛乳 麦ごはん チキンカレー ごまドレサラダ	牛乳 とり肉 まぐろ	米 押麦 ジャがいも 油 ごま ドレッシング	にんにく しょうが たまねぎ にんじん グリンピース きゅうり ブロッコリー コーン	689 21.0	813 24.1
13 月	牛乳 ごはん 肉どうふ さばのごまみそ煮 アセロラゼリー	牛乳 豚肉 とうふ さば みそ	米 砂糖 油 ゼリー ごま	こんにゃく にんじん たまねぎ 根深ねぎ しいたけ	733 30.2	826 33.1
14 火	牛乳 黒砂糖パン コーンポタージュスープ ジャがいものミートソース	牛乳 ベーコン 豚肉 大豆	黒砂糖パン ジャがいも オリーブ油 砂糖	たまねぎ にんじん パセリ コーン	621 24.0	766 28.9
15 水	牛乳 ごはん ちゅうかスープ ビビンバ	牛乳 豚肉 かまぼこ 牛肉 卵 麦みそ	米 はるさめ 油 砂糖 ごま ごま油	しょうが にんじん たまねぎ チンゲンサイ きくらげ ねぎ 切干しだいこん にんにく ほうれん草 もやし	603 22.6	713 25.9
16 木	牛乳 丸パン スライスチーズ フルーツポンチ てりやきパティ 青じそサラダ	牛乳 とり肉 チーズ	ミルクパン 白玉だんご カクテルゼリー 砂糖 ドレッシング	もも パイン みかん りんご缶 ナタデココ にんじん きゅうり きゃべつ コーン	807 28.7	968 34.5
17 金	牛乳 菜めし きつねうどん ツナと玉ねぎのフリッター	牛乳 とり肉 油揚げ かまぼこ 昆布 かつお節 まぐろ	米 うどん 砂糖 小麦粉 油	青菜 しいたけ にんじん ねぎ たまねぎ コーン にんにく	748 24.9	842 28.1
20 月	牛乳 ごはん もずくスープ チャプチェ	牛乳 とり肉 もずく 豆腐 かまぼこ かつお節 昆布 豚肉	米 砂糖 油 はるさめ ごま油	にんじん えのきたけ ねぎ にんにく たまねぎ にら	585 25.2	701 28.9

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー(kcal) たんぱく質(g)	
21 火	牛乳 コッペパン スパゲティナポリタン コールスローサラダ	牛乳 ウィンナー ハム ベーコン	コッペパン スパゲティ 油	たまねぎ にんじん えだまめ マッシュルーム トマト きゅうり きゃべつ コーン	620 23.6	762 28.3
22 水	牛乳 ごはん 日出町産だいの五目豆 さばの日出町産あまざけみそやき れいとうヨーグルト	牛乳 とり肉 厚揚げ 日出町産大豆 さば 麦みそ ヨーグルト	米 油 ジャがいも 砂糖 日出町産甘酒	こんにゃく ごぼう にんじん しいたけ えだまめ しょうが	789 35.9	915 41.5
23 木	牛乳 コッペパン ミートボールのクリーム煮 グリーンサラダ リンゴジャム	牛乳 とり肉 豚肉 まぐろ 白花生	コッペパン 油 さとう ドレッシング ジャム	たまねぎ にんじん きゅうり マッシュルーム グリンピース ブロッコリー コーン	606 25.6	749 30.7
24 金	牛乳 ごはん みそ汁 からあげ きゅうりのゆかりあえ	牛乳 油揚げ 豆腐 わかめ 煮干し とり肉 合わせみそ	米 ジャがいも 小麦粉 でんぷん 油	にんじん ねぎ しょうが にんにく きゅうり ゆかり	706 28.0	852 33.7
27 月	牛乳 キムタクごはん わかめスープ ハンバーグのおろしかけ	牛乳 豚肉 ベーコン 豆腐 わかめ かまぼこ とり肉	米 砂糖 油 ごま でんぷん ごま油	キムチ だいこん ねぎ にんにく えのきたけ にんじん かぼす	716 26.5	808 28.7
28 火	牛乳 クッキーパン レタスとトマトのスープ とり肉のマーマレード焼き	牛乳 ベーコン とり肉 ウィンナー 卵(クッキー生地)	コッペパン 砂糖 マーガリン(クッキー生 地)	トマト レタス にんじん コーン パセリ	601 27.5	717 30.7
29 水	牛乳 ごはん ぶたじゃが ホキフライ ボイルきゃべつ	牛乳 豚肉 厚揚げ ホキ 青さ	米 油 ジャがいも 砂糖 小麦粉 ドレッシング	たまねぎ にんじん こんにゃく さやいんげん きゃべつ	649 25.0	788 28.8
30 木	牛乳 黒砂糖パン ブラウンシチュー フルーツジュレ	牛乳 豚肉	黒砂糖パン 油 ジャがいも ゼリー	たまねぎ にんじん グリンピース マッシュルーム もも パイン みかん ナタデココ	617 21.9	764 26.0
31 金	牛乳 ごはん ドライカレー ちゅうか風コンスープ	牛乳 豚肉 ベーコン 卵	米 油 砂糖	たまねぎ にんじん えだまめ マッシュルーム にんにく しょうが コーン ほうれん草 きくらげ	609 23.5	718 27.3

給食試食会・給食センター見学のお知らせ

献立担当 河野

今年度の試食会を6月から開始します。6月の日程は下記のとおりです。申し込みは毎月10日までとし、家族の方のみ対象で定員(20名)になり次第締め切らせていただきます。ご参加をお待ちしています。

【日時】 6月19日(水) 11時～

【献立】 ごはん 牛乳 さばの梅みそ焼き けんちん汁 いんげんのちりめんごま和え

【給食費】 1名につき270円

【申し込み方法】 電話 72-7785 (給食センター) にて受け付けます。

※ 献立表やInstagramにて、詳細は毎月お知らせします。

