

日 曜	献立名		体の組織を作る食品群				体の調子を整える食品群		エネルギーになる食品群		一口メモ
	主食	飲み物	1群:魚・肉・卵・豆・豆製品	2群:牛乳・乳製品・小魚・海藻	3群:緑黄色野菜	4群:その他の野菜・果物	5群:米・パン・麺・いも・砂糖	6群:油脂・種実	たんぱく質(g)	エネルギー(kcal)	
2月	★こどもの日献立★	牛乳	鶏肉 油揚げ	牛乳	にんじん	たけのこ えだまめ	ごはん	油	787	★5月5日はこどもの日です。本校では、2日にこいのぼりの形をしたハンバーグとたけのこごはんを提供します。まっすぐ育つたけのこは、すくすく育って欲しいという願いを込めて、たけのこを食べます。	
	たけのこごはん	牛乳	豚肉	わかめ	小松菜	干しいたけ キャベツ	砂糖		29.9		
		牛乳	みそ			だいこん たまねぎ			22.2		
6金	ごはん	牛乳	さば みそ	牛乳	にんじん	ごぼう れんこん	ごはん	ごま	840		
		牛乳	さつま揚げ			こんにゃく だいこん	さといも	ごま油	33.2		
		牛乳	豚肉 豆腐			ねぎ 干しいたけ	片栗粉	油	27.2		
9月	ごはん	牛乳	回鍋肉	牛乳	ピーマン	キャベツ ねぎ	ごはん 砂糖	ごま油	766		
		牛乳	みそ		にんじん	しょうが にんにく	ぎょうざの皮	油	28.5		
		牛乳	たまご		チンゲンサイ	たまねぎ コーン	片栗粉	油	22.5		
10火	きなこ揚げパン	牛乳	春雨サラダ	牛乳	にんじん	キャベツ もやし	パン 砂糖	油	833		
		牛乳	ワンタンスープ	牛乳	にんじん	ねぎ きゅうり	ワンタンの皮	ごま油	29.7		
		牛乳	ヨーグルト	牛乳	にんじん	なると	春雨	油	26.4		
11水	ごはん	牛乳	赤魚の西京焼き	牛乳	にんじん	きりほしだいこん 干しいたけ	ごはん	油	733		
		牛乳	油揚げ 豆腐			だいこん こんにゃく	砂糖		33.4		
		牛乳	さつま揚げ 豚肉			ねぎ ごぼう しょうが	じゃがいも	油	18.0		
12木	はちみつパン	牛乳	みそラーメン	牛乳	にんじん	キャベツ もやし	パン 砂糖	ごま油	765		
		牛乳	煮たまご			ねぎ メンマ しょうが	ラーメン	油	34.1		
		牛乳	じゃこ入りサラダ ミルメーク			にんにく だいこん きゅうり	ミルメーク	油	22.3		
13金	★日本味巡り:沖縄県★	牛乳	(タコライスの具)	牛乳	にんじん トマト	たまねぎ にんにく	ごはん	油	815	★今年度は、日本味巡りと題して各地の郷土料理や食材を使った献立を月1~2回提供していきます。今月は、沖縄県と宮崎県です。お楽しみに♪	
	タコライス	牛乳	チーズサラダ もずくスープ	牛乳	ピーマン	キャベツ きゅうり	砂糖	ごま油	25.9		
		牛乳	シークッカータルト	牛乳	チンゲンサイ	ねぎ	タルト	ごま	24.6		
16月	発芽玄米ごはん	牛乳	麻婆豆腐	牛乳	にんじん	たまねぎ ねぎ	発芽玄米ごはん	油 ごま	782		
		牛乳	チョレギサラダ	牛乳	のり	にんにく しょうが	砂糖	ごま油	27.9		
		牛乳		牛乳	にんじん	キャベツ きゅうり	片栗粉	ドレッシング	21.7		
17火	食パン	牛乳	トマトオムレツ	牛乳	トマト バセリ	たまねぎ キャベツ	パン	豆乳バター	712		
		牛乳	ジャーマンポテト	牛乳	にんじん	コーン	じゃがいも	油	26.6		
		牛乳	オニオンスープ	牛乳	ほうれんそう			油	24.4		
18水	わかめごはん	牛乳	じゃがいもの南蛮煮	牛乳	にんじん	たまねぎ えだまめ	ごはん	油	768		
		牛乳	小松菜サラダ	牛乳	厚揚げ	キャベツ きゅうり	じゃがいも	油	29.8		
		牛乳		牛乳	にんじん	レモン	砂糖	油	19.3		
19木	パンズパン	牛乳	八百屋パゲッティ	牛乳	にんじん	たまねぎ キャベツ	パン	豆乳バター	884		
		牛乳	アセロラゼリー和え	牛乳	ピーマン	しめじ にんにく	スパゲッティ	油	27.5		
		牛乳		牛乳	にんじん	みかん もも パイン	アセロラジュレ	油	23.4		
20金	麦ごはん	牛乳	ポークカレー	牛乳	にんじん	たまねぎ にんにく	麦ごはん	油	804		
		牛乳	コールスローサラダ	牛乳	にんじん	しょうが ブルーン	じゃがいも	ドレッシング	23.6		
		牛乳		牛乳	にんじん	キャベツ きゅうり コーン		油	22.2		
23月	ごはん	牛乳	さわらの薬味ソースがけ	牛乳	にんじん	ねぎ しょうが	ごはん 砂糖	油	755		
		牛乳	塩昆布和え	牛乳	塩昆布	キャベツ きゅうり	片栗粉	ごま油	28.5		
		牛乳	新たまねぎのみそ汁	牛乳		えのきたけ たまねぎ	じゃがいも	ごま	21.4		
24火	ロールパン	牛乳	照り焼きチキン	牛乳	にんじん	キャベツ きゅうり	パン	ドレッシング	830		
		牛乳	アスパラサラダ	牛乳	チーズ	たまねぎ	砂糖	油	34.3		
		牛乳	クリームシチュー	牛乳	バセリ		じゃがいも	油	34.1		
25水	こぎつねごはん	牛乳	(こぎつねごはんの具)	牛乳	にんじん	ごぼう しょうが	ごはん	油	779		
		牛乳	厚焼きたまご	牛乳	さやいんげん	干しいたけ たまねぎ	砂糖	ごま	32.3		
		牛乳	野菜たっぷりスタミナ汁	牛乳	にんじん	だいこん もやし ねぎ	ごま	油	25.9		
26木	背割りコッペパン	牛乳	焼きそば	牛乳	にんじん	キャベツ もやし	パン	油	781		
		牛乳	ごぼうサラダ	牛乳	にんじん	ごぼう きゅうり	焼きそば麺	ドレッシング	30.4		
		牛乳		牛乳	にんじん			油	27.2		
27金	ごはん	牛乳	ピビンパの具(肉みそ)	牛乳	ほうれんそう	しょうが にんにく	ごはん	油	766		
		牛乳	ピビンパの具(ナムル)	牛乳	にんじん	もやし きゅうり たまねぎ	砂糖	ごま油	29.0		
		牛乳	トック入りわかめスープ	牛乳	にんじん	えのきたけ ねぎ 干しいたけ	トック	ごま	23.4		
30月	★日本味巡り:宮崎県★	牛乳	チキン南蛮(南蛮&タルタルソース)	牛乳	にんじん	キャベツ きゅうり	ごはん 砂糖	油	812	毎月19日は家族でいただきますの日 食事は豊かに心と体をほぐくみます! ぐんまの食育	
	ごはん	牛乳	ごま和え	牛乳	かぼちゃ	だいこん ねぎ	片栗粉	ごま	28.2		
		牛乳	さぶ汁	牛乳	かまぼこ	ごぼう 干しいたけ	じゃがいも	タルタルソース	26.6		
31火	ごはん	牛乳	韓国風焼肉	牛乳	にんじん	たまねぎ ねぎ	ごはん	ごま油	728		
		牛乳	春雨スープ	牛乳	にんじん	にんにく もやし	砂糖	油	31.2		
		牛乳	オレンジ	牛乳	チンゲンサイ	干しいたけ オレンジ	春雨	油	17.2		

◇都合により、献立および材料が変更する場合がありますので、ご了承ください。
 ◇給食費の引き落としは、5月31日(火)です。前日までに入金をお願いいたします。
 ◇本宅野菜は、太田市産の野菜です。地域農家の方に感謝をしておいしくいただきます。

★だいこん(大久保 克美さん)
 ★たまねぎ 5/16~
 (八木 幹夫さん)

