

日・曜	2日 (月)	6日 (金)	9日 (月)	10日 (火)	11日 (水)	12日 (木)	13日 (金)	16日 (月)	17日 (火)	18日 (水)	19日 (木)	
献立名	ごはん 牛乳 かつお南蛮タルタルソース 青菜のナッツ和え なめこ汁	ごはん 牛乳 麻婆豆腐 パンサンスー 海苔ふりかけ アセロラデザート	ごはん 牛乳 鮭のバター醤油焼き ごま和え 大根のそぼろ汁	ごはん 牛乳 おろしハンバーグ 磯香和え 豆乳仕立ての味噌汁	ごはん 牛乳 卵焼き カレー肉じゃが すまし汁 オレンジ	ごはん 飲むヨーグルト ささみチーズフライ ツナ和え ABCスープ	ごはん 牛乳 赤魚の一夜干し 炒り豆腐 豚汁	ごはん 牛乳 いわしフライ かみかみ和え あおさの味噌汁	ごはん 牛乳 鶏の味噌漬け焼き のり酢和え のっぺい汁	ごはん 牛乳 鯖みりん干し 納豆和え トマトの減塩味噌汁 晩柑	麦ごはん 牛乳 カレー 海の幸のサラダ 福神漬 骨太デザート	
料理に使用した食材	こめ ぎゅうにゅう かつお しょうが 酒 塩 こしょう 片栗粉 米粉 油 酢 上白糖 醤油 タルタルソース チンゲンサイ ごまつな キャベツ とうもろこし ごま アーモンド 醤油 上白糖 みりん 豆腐 なめこ なごねぎ わかめ みそ にぼし・かつおだし	こめ ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく にんじん しいたけ だけのこ たまねぎ にら にんにく しょうが ごま油 中華だし 麻婆豆腐ベース 酒 上白糖 片栗粉 みそ 醤油 はるさめ キャベツ ほうれんそう たまご ハム 醤油 酢 ごま油 のり ごま油 塩 ごま アセロラデザート	こめ ぎゅうにゅう さけ バター 醤油 ほうれんそう キャベツ にんじん ごま 上白糖 醤油 ぶたにく だいこん にんじん こんにゃく きくらげ はだいこん にぼし・かつおだし 醤油 ごま油 みりん 塩 片栗粉	こめ ぎゅうにゅう ハンバーグ 三温糖 醤油 みりん だいこん 片栗粉 ごまつな エリンギ キャベツ にんじん 醤油 酒 みりん はちくだけ ぶたにく にんじん なごねぎ あぶらあげ 塩 醤油 酒 にぼし・かつおだし みそ 豆腐	こめ ぎゅうにゅう 卵焼き じゃがいも とりにく たまねぎ にんじん えだまめ カレー粉 油 三温糖 醤油 酒 みりん はちくだけ ぶたにく にんじん なごねぎ あぶらあげ 塩 醤油 酒 にぼし・かつおだし みそ 豆腐	こめ ぎゅうにゅう 飲むヨーグルト ささみチーズフライ 油 中濃ソース ツナ レモン わかめ こメロン もやし ごま油 醤油 こしょう 塩 辛子粉 酢 ベーコン じゃがいも たまねぎ にんじん レンズ豆 米粉マカロニ パセリ ワイン チキンフイヨン コンソメ 塩 こしょう	こめ ぎゅうにゅう 赤魚の一夜干し とりにく とうふ たまねぎ さやいんげん にんじん しいたけ 油 酒 みりん 醤油 こしょう 塩 辛子粉 酢 ぶたにく こんにゃく ごぼう だいこん にんじん あぶらあげ なごねぎ にぼし・かつおだし みそ	こめ ぎゅうにゅう いわしフライ 油 中濃ソース キャベツ だいこん きゅうり にんじん ごぼう セロリ さきいか 醤油 三温糖 ごま油 こしょう 油 ごま油 あおさのり じゃがいも たまねぎ にぼし・かつおだし みそ	こめ ぎゅうにゅう とりにく にんにく ごま みそ 七味唐辛子 きゅうり キャベツ 醤油 かつおぶし みりん こしょう 酢 三温糖 ごまつな もやし にんじん ハム 醤油 酢 三温糖 のり かぶ にんじん じゃがいも ごぼう えのきだけ はだいこん にぼし・かつおだし 酒 醤油 塩 片栗粉	こめ ぎゅうにゅう 鯖みりん干し なっとう ごまつな きゅうり みそ キャベツ 醤油 かつおぶし 辛子粉 こしょう 酢 三温糖 たまねぎ トマト まいだけ はだいこん みそ にぼし・かつおだし ばんかん	こめ ぎゅうにゅう ぶたにく じゃがいも たまねぎ ズッキーニ にんじん チーズ カレールウ しょうが にんにく 油 コンソメ ブロッコリー かいそう にんじん こメロン キャベツ ツナ 油 酢 上白糖 ごま油 骨太デザート	
	栄養価	エネルギー たんぱく質 脂質	エネルギー たんぱく質 脂質	エネルギー たんぱく質 脂質	エネルギー たんぱく質 脂質	エネルギー たんぱく質 脂質	エネルギー たんぱく質 脂質	エネルギー たんぱく質 脂質	エネルギー たんぱく質 脂質	エネルギー たんぱく質 脂質	エネルギー たんぱく質 脂質	エネルギー たんぱく質 脂質
	小学校(中学年)	661 28.4 22.6	669 25.6 19.3	613 27.0 21.2	619 24.8 18.9	624 23.5 17.1	614 21.1 14.3	614 30.6 17.2	622 23.6 17.4	616 25.5 19.9	609 28.6 11.9	711 20.3 21.2
	中学校	876 35.5 26.5	878 32.3 23.0	814 33.3 24.8	834 31.6 22.5	824 29.1 19.7	814 25.7 17.9	814 38.0 20.0	803 27.7 19.4	817 31.5 23.0	803 35.3 13.2	900 24.9 25.2

日・曜	20日 (金)	23日 (月)	24日 (火)	25日 (水)	26日 (木)	27日 (金)	30日 (月)	31日 (火)	
献立名	ごはん 牛乳 イカのレモン煮 昆布和え 食べる味噌汁	ごはん 牛乳 ほっけみりん干し 鶏とこんにゃくの旨煮 お麩の味噌汁	ごはん 牛乳 鶏そぼろ ゆかり漬 生揚げの味噌汁 りんご	ごはん 牛乳 鯖のごまだれ ひじきの炒り煮 ニラたま汁	ごはん 牛乳 ハッシュドボーク のりサラダ はちみつレモンデザート	ごはん 牛乳 あじフライ ごぼう彩りサラダ 鶏つみれ汁	ごはん 牛乳 ボークコロケ 梅おかか和え カレー南蛮汁	ごはん 牛乳 納豆 じゃが芋のそぼろ煮 群雲汁	
料理に使用した食材	こめ ぎゅうにゅう いか 酒 塩 米粉 油 片栗粉 醤油 上白糖 レモン 酢 とりにく ごまつな キャベツ きゅうり 塩昆布 ごま油 醤油 塩 レモン こしょう ごま ぶたにく 油 くろまい にんじん だいこん しいたけ なごねぎ 酒かす にぼし・かつおだし みそ	こめ ぎゅうにゅう ほっけみりん干し とりにく しょうが 酒 こんにゃく にんじん だいこん さつまあげ しいたけ さやいんげん ごま油 三温糖 醤油 みそ 酒 ごま かつおだし じゃがいも キャベツ はだいこん えのきだけ ふ あぶらあげ みそ にぼし・かつおだし	こめ ぎゅうにゅう とりにく しょうが 酒 醤油 三温糖 油 たまご えだまめ しょうが 上白糖 塩 きゅうり もやし ぶたにく こんにゃく さやいんげん 三温糖 醤油 かつおだし 酒 油 たまご にんじん 豆腐 にら 片栗粉 醤油 塩 にぼし・かつおだし	こめ ぎゅうにゅう さば 酒 みそ 上白糖 きび砂糖 みりん 醤油 ごま しょうが ひじき あぶらあげ にんじん ぶたにく こんにゃく さやいんげん 三温糖 醤油 かつおだし 酒 油 たまご にんじん 豆腐 にら 片栗粉 醤油 塩 にぼし・かつおだし	こめ ぎゅうにゅう ぶたにく ワイン たまねぎ にんじん じゃがいも グリーンピース ハヤシルウ 油 にんにく しょうが デミグラスソース ローレル 塩 こしょう コンソメ のり とりにく にんじん きゅうり もやし キャベツ ナムドレッシング 酢 醤油 きび砂糖 はちみつレモンデザート	こめ ぎゅうにゅう あじフライ 油 中濃ソース ごぼう ひじき にんじん とうもろこし きゅうり ハム ごま 醤油 こしょう エッグフリーマヨネーズ だいこん にんじん えのきだけ とりだんご はだいこん ごま油 にぼし・かつおだし みそ	こめ ぎゅうにゅう コロケ 油 中濃ソース はくさい みずな ほうれんそう きゅうり かつおぶし 醤油 みりん ねりうめ うどん とりにく しめじ たまねぎ にんじん ごまつな 油 カレールウ 醤油 にぼし・かつおだし	こめ ぎゅうにゅう なっとう じゃがいも とりにく たまねぎ にんじん さやいんげん 油 かつおだし 三温糖 醤油 酒 みりん 片栗粉 たまご にんじん とうふ はだいこん まいだけ なごねぎ 片栗粉 醤油 塩 にぼし・かつおだし	
	栄養価	エネルギー たんぱく質 脂質	エネルギー たんぱく質 脂質	エネルギー たんぱく質 脂質	エネルギー たんぱく質 脂質	エネルギー たんぱく質 脂質	エネルギー たんぱく質 脂質	エネルギー たんぱく質 脂質	エネルギー たんぱく質 脂質
	小学校(中学年)	622 28.3 18.2	624 31.6 15.3	621 27.3 21.1	647 25.7 25.2	686 20.5 17.1	724 28.4 25.1	656 20.6 19.9	610 25.9 17.2
	中学校	827 35.0 20.9	832 39.4 17.4	834 34.7 25.3	861 32.2 30.0	890 25.8 20.1	951 35.3 29.8	871 25.6 23.5	796 30.8 19.0



年度初めの事務手続きの都合により、4月分の給食費は、5月分と合算した金額を5/31(火)に振り替えさせていただきます。口座残高のご確認をお願いいたします。

4,5月分の給食費	
小学校	中学校・職員
9,000円	10,400円

★ 上記材料は、天候などにより、変更になる場合があります。