



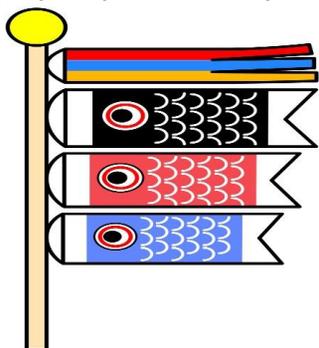
5月学校給食献立予定表



2018年

竜王北中学校

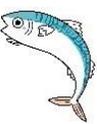
日(曜日)	献立名			食品の種類と働き			備考	
	牛乳	主食	副食	番号	赤の食品群 血や肉・骨を作る	緑の食品群 体の調子を整える		黄の食品群 熱や力のもとになる
1(火)		麦ご飯	しょうが焼き① マカロニサラダ② じゃがいもともやしのみそ汁③		牛乳		米 麦 強化米	人気のマカロニサラダ
				①	豚肉	しょうが にんにく 玉ねぎ ピーマン	油	
				②	ハム	きゅうり にんじん コーン	マカロニ マヨネーズ	
2(水)		たけのこご飯①	青のりから揚げ② 春野菜の和え物③ なるとのすまし汁④ かしわもち		牛乳		かしわもち	こどもの日給食
				①	鶏肉 油揚げ	たけのこ いんげん	米 麦 強化米 砂糖 油	
				②	鶏肉 青のり	しょうが	かたくり粉 油	
				③	ツナ	アスパラ キャベツ にんじん コーン	和風ドレッシング	
7(月)		麦ご飯	鮭のピザソース焼き① 五目煮豆② 白菜のみそ汁③ グレーゼリー④		牛乳		米 麦 強化米	今日の魚はさけ
				①	鮭 チーズ	玉ねぎ ピーマン パプリカ マッシュルーム	油 ケチャップ	
				②	こんぶ 大豆 さつま揚げ	にんじん	こんにゃく 砂糖	
				③	油揚げ みそ	白菜 ねぎ		
8(火)		麦ご飯	お好み焼きハンバーグ① わかめともやしのサラダ② なめこと豆腐のみそ汁③		牛乳		米 麦 強化米	1・2年生のみ給食
				①	豚肉 卵 牛乳 かつおぶし 青のり	玉ねぎ キャベツ しょうが	パン粉 ソース	
				②	わかめ	きゅうり にんじん もやし	和風ドレッシング	
				③	豆腐 油揚げ みそ	なめこ ねぎ		
11(金)		こどもパン	卵コロッケ① 和風サラダ② 玉ねぎベーコンスープ③		牛乳		こどもパン	3年生のみ給食
				①	卵 チーズ 豚肉	玉ねぎ	じゃがいも バター 小麦粉 パン粉 油	
				②		キャベツ きゅうり にんじん 大根 コーン	砂糖 オリーブオイル	
14(月)		親子丼①	もやしとじゃこの和え物② 麩とわかめのすまし汁③		牛乳			カルシウムたっぷりじゃこ
				①	卵 鶏肉 なると	干しいたけ にんじん 玉ねぎ グリンピース	米 麦 強化米 砂糖	
				②	じゃこ	もやし ほうれん草 にんじん	ごま ごま油	
15(火)		ミート焼きそば①	春雨サラダ② かにたまスープ③ チョコバナナケーキ④		牛乳			手作りチョコバナナケーキ
				①	豚肉	キャベツ もやし しょうが にんにく 玉ねぎ にんじん トマト	中華めん ソース 油 ケチャップ 砂糖	
				②	ハム	にんじん きゅうり	春雨 砂糖 ごま油	
				③	たまご かに風かまぼこ	ねぎ	かたくり粉	
16(水)		麦ご飯	魚のコーンマヨネーズ焼き① 筑前煮② 大根のみそ汁③ ミニトマト		牛乳		米 麦 強化米	今日の魚はメルルーサ
				①	メルルーサ	玉ねぎ コーン パセリ	マヨネーズ	
				②	鶏肉 ちくわ	ごぼう にんじん 干しいたけ いんげん れんこん	こんにゃく 油 砂糖	
				③	油揚げ みそ	大根 ねぎ		
17(木)		黒糖パン	マカロニグラタン① 彩りソテー② イタリアンスープ③		牛乳		黒糖パン	人気のグラタン
				①	鶏肉 チーズ 牛乳 生クリーム	玉ねぎ マッシュルーム パセリ	ホワイトソース マカロニ バター	
				②	ベーコン	キャベツ にんじん コーン ピーマン パプリカ	バター	
18(金)		ポークハヤシライス①	ブロッコリーサラダ② ヨーグルト和え③		牛乳			豚肉たっぷりハヤシライス
				①	豚肉 生クリーム	しょうが にんにく 玉ねぎ にんじん しめじ トマト	米 麦 強化米 ハヤシルー デミグラスソース 油	
				②	ツナ	きゅうり にんじん ブロッコリー	ごまドレッシング	
			③	ヨーグルト 生クリーム	もも缶 パイン缶 みかん缶	砂糖		



5月5日は端午の節句

端午とは、中国で「月はじめの午の日」という意味があり、もともとは悪日でした。そこで、災いをはらうためにしょうぶやよもぎを用いていました。それが日本に伝わり、しょうぶ湯などの風習が生まれました。この日にはちまきやかしわもちを食べます。ちまきも中国から伝わったもので、現在は世でくるむのが普通ですが、本来は茅の葉で巻いていました。



日(曜日)	献立名			食品の種類と働き			備考	
	牛乳	主食	副食	番号	赤の食品群 血や肉・骨を作る	緑の食品群 体の調子を整える		黄の食品群 熱や力のもとになる
21(月)		麦ご飯	松風焼き① ベーコンサラダ② じゃがいもとわかめのみそ汁③		牛乳		米 麦 強化米	旬の食材 じゃがいも 
				①	鶏肉 豚肉 卵 豆腐 みそ	ねぎ にんじん	パン粉 砂糖 ごま	
				②	ベーコン	キャベツ にんじん きゅうり	砂糖 オリーブオイル	
22(火)		麦ご飯	さばの塩焼き① 切り干し大根の煮物② かぶのみそ汁③ オレンジ		牛乳	オレンジ	米 麦 強化米	今日の魚は さば 
				①	さば			
				②	さつま揚げ	切り干し大根 にんじん いんげん 干しいたけ	砂糖 油	
23(水)		ミルクコッペパン (ジャム&マーガリン)	鶏肉のトマト煮① ブロッコリーソテー② 野菜スープ③		牛乳		ミルクコッペパン ジャム マーガリン	リコピン たっぷりの トマト煮 
				①	鶏肉 ベーコン	にんにく 玉ねぎ トマト パセリ	小麦粉 ケチャップ	
				②	ベーコン	ブロッコリー にんじん コーン	バター	
24(木)		キムチチャーハン①	ワンタンスープ② 海藻サラダ③ いちごプリン④		牛乳			手作り ワンタンの 入ったスープ 
				①	豚肉 卵	しょうが にんにく キムチ ねぎ	米 麦 トウバンジャン 油 テンメンジャン オイスターソース	
				②	豚肉	ねぎ にんじん 白菜 しょうが チンゲン菜 干しいたけ	ワンタンの皮 ごま油 かたくり粉	
				③	かに風かまぼこ 海藻	キャベツ にんじん きゅうり	和風ドレッシング	
25(金)		麦ご飯	揚げじゃがいものそぼろ煮① もやしときゅうりのごま和え② 白菜とえのきのみそ汁③		牛乳		米 麦 強化米	旬の食材 グリーンピース 
				①	豚肉	しょうが にんにく グリンピース	じゃがいも 油 砂糖 かたくり粉	
				②	ハム	もやし きゅうり にんじん	砂糖 ごま	
28(月)		ツナチーズトースト①	ジャーマンポテト② イタリアンサラダ③ ミネストローネ④ コーヒーゼリー⑤		牛乳		米 麦 強化米	相性バツグン ツナと マヨネーズ のトースト 
				①	ツナ チーズ	玉ねぎ パセリ	食パン マーガリン マヨネーズ	
				②	ベーコン	パセリ 玉ねぎ	じゃがいも 油 バター	
				③		キャベツ にんじん コーン きゅうり	イタリアンドレッシング	
				④	ベーコン	しめじ 玉ねぎ トマト	マカロニ ケチャップ	
29(火)		麦ご飯	ホイコーロー① もやしときゅうりのナムル② 中華卵スープ③		牛乳		米 麦 強化米	ビタミン たっぷりの ホイコーロー 
				①	豚肉	しょうが にんにく キャベツ ピーマン パプリカ	ごま油 砂糖 テンメンジャン トウバンジャン かたくり粉	
				②		もやし ほうれん草 にんじん きゅうり	ごま油 砂糖 ごま	
30(水)		わかめご飯①	アジフライ② 大豆ハムサラダ③ 根菜のみそ汁④		牛乳			旬の魚 あじ 
				①	わかめ		米 麦 強化米 ごま	
				②	アジフライ		油 ソース	
				③	大豆 ハム	キャベツ きゅうり コーン	ごまドレッシング	
31(木)		そぼろパン	鶏肉の黒こしょう焼き① 春雨ソテー② もずくスープ③ 冷凍みかん		牛乳	冷凍みかん	そぼろパン	旬の食材 もずく 
				①	鶏肉	しょうが		
				②	豚肉	キャベツ にんじん たけのこ ピーマン	春雨 砂糖 ごま油 オイスターソース	

☆2ヶ月に一度程度食材の放射能検査を行っています。

☆都合により献立の内容が変更する場合があります。

