



5月 学校給食こんだてひょう



令和3年度 竜王北小学校

ひ ようび	こんだてめい		り ん ご う ば	あかのなかま	きいろのなかま	みどりのなかま	メモ
	主食	副食		ちやくやほねを つくるしよくひん	ねつやちからの もとなるしよくひん	からだのちようしを ととのえるしよくひん	
6 木	ごはん ①	すましじる② てづくりはるまき③ かしわもち④		ぎゅうにゅう ① とりにく あぶらあげ ② こんぶ かまぼこ ③ ぶたにく ④ あずき	こめ もちこめ	にんじん だけのこ えだまめ こまつな ネギ たまねぎ にんじん しょうが しいたけ ニろ	
7 金	パン グラタン ①	ミネストローネ② ツナサラダ③ てづくりコーヒゼリー④		ぎゅうにゅう ① とりにく バター チーズ なまク クリーム とりにく ② だいず ひよこまめ ③ ツナ ④ かんてん	パン オリーブオイル ドレッシング さとう	パセリ たまねぎ しめじ たまねぎ にんじん セロリ トマト ブロッコリー きゅうり にんじん キャベツ コーヒー	ふわふわトロリの パングラタンおた のしみに♪
10 月	むぎご はん	ホイコーロウ① すいぎょうざスープ② ホタテサラダ③		ぎゅうにゅう ① なると ② ぶたにく みそ ③ ホタテ	こめ むぎ すぎぎょうざ ごまあぶら テンメンジャン マヨネーズ	はくさい チンゲンサイ ネギ キャベツ ピーマン だいこん にんじん きゅうり レモン	
11 火	おや ごどん ①	はくさいのおみそしる② つるしゃきあえ③ きなこぼう④		ぎゅうにゅう ① たまご のり こおりどうふ ② あぶらあげ みそ ③ もずく かまぼこ ④ きなこ	こめ むぎ ごまあぶら しらたき みずあめ	しいたけ にんじん だけのこ えだまめ こまつな にんじん はくさい きゅうり にんじん	
12 水	やき そば ①	やさいスープ② じゃんじゃこサラダ③ ココアワッフル④		ぎゅうにゅう ① ぶたにく とりにく ② とりにく ③ しらすぼし かつおぶし ④ ぎゅうにゅう バター	やきそばのめん サラダあぶら トマトケ チャップ じゃがいも ごま さとう こむぎご	にんじん トマト もやし ピーマン ほうれんそう しめじ にんじん キャベツ はくさい しゅんぎく ブロッコリー ココア	ソース味の焼きそ ばの上にコトコト 煮こんだミート ソースをかけてい たきます
13 木	むぎご はん	ちゅうかスープ① チャプチェ② てづくりしゅうまい③		ぎゅうにゅう ① なると とりにく かまぼこ ② ぶたにく たまご ③ ぶたにく	こめ むぎ ごまあぶら しゅうまいのかわ ごまあぶら かき あぶら かたくりこ	にんじん はくさい チンゲンサイ にんにく しょうが ごぼう ほうれんそう ニ ろ たまねぎ ネギ しいたけ	
14 金	ミニ ツシ ユ	とうもろこしのスープ① てづくりコロッケ② スモークサラダ③ ヨーグルト④		ぎゅうにゅう ① ② たまご チーズ ③ とりにく ④ ヨーグルト ゼラチン かん てん	パン じゃがいも はんこ こむぎ ご オリーブオイル	コーン にんじん ほうれんそう たまねぎ たまねぎ にんじん キャベツ にんじん ブロッコリー きゅうり りんごソース レモン りんご	ほくほくのじゃが いもを手作りコ ロッケにします
17 月	むぎご はん	あぶらあげのみそしる① だいずのいそに② おかかあえ③		ぎゅうにゅう ① あぶらあげ みそ ② だいず とりにく ひじき さつまあげ ③ ハム かつおぶし	こめ むぎ こんにゃく	しめじ はくさい にんじん ネギ にんじん もやし ほうれんそう こまつな	
18 火	むぎご はん	キャベツスープ① バジルチキン② こんさいサラダ③ ピーチコンポート④		ぎゅうにゅう ① ベーコン ② とりにく ③ ツナ ④ さとう	こめ むぎ オリーブオイル	キャベツ たまねぎ ほうれんそう にんにく バジル れんこん ごぼう きょうな にんじん もも	

☆都合により献立の変更もありますのがご了承ください。

ひ ようび	こんだてめい		り ょう ば	あかのなかま	きいろのなかま	みどりのなかま	メモ
	主食	副食		ちやくやほねを つくるしよくひん	ねつちからの もとなるしよくひん	からだのちょうしを ととのえるしよくひん	
19 水	あげ ココア パン	カレーポテトサラダ① コーンクリームスープ② カクテルゼリー③		ぎゅうにゅう さとう ① ハム ② とりにく ぎゅうにゅう なまク リーム とうにゅう ③ ゼラチン	パン じゃがいも マヨネーズ	ココア にんじん きゅうり コーン たまねぎ コーン にんじん パセリ ブロッ コリー レモン りんご もも パイナップル みかん なし ナタデココ	ココアがたっぷり かかったあげぱん です
20 木	むぎ ごはん	とんじる① さばのごまマヨやき② にびたし③		ぎゅうにゅう ① ぶたにく とうふ みそ ② サバ ③ あぶらあげ	こめ むぎ じゃがいも こんにゃく マヨネーズ	ごぼう だいこん にんじん ネギ レモン にんにく こまつな キャベツ しめじ にんじん	みんなでたべると おいしいね
21 金	プル コギ どん	ちゅうかスープ② チョレギサラダ③ スクールグミ④		ぎゅうにゅう ① ぶたにく ② とうふ とりにく ③ がいそう がまぼこ かんこ くのり ④ ゼラチン	こめ むぎ ごま かたくりこ コチュジャン	たまねぎ だいすもやし にんじん ニラ にんじん チンゲンサイ ネギ きゅうり キャベツ ぶどう	
24 月	ロ ボン ソゴ ①し	コンソメスープ② チキンチーズやき③ オレンジ④		ぎゅうにゅう ① ベーコン ② あさり ツナ チーズ きゅ うにゅう ③ とりにく ④	スパゲティ オリーブオイル マヨネーズ マヨネーズ	キャベツ にんじん たまねぎ パセリ トマト ほうれんそう にんにく しょうが マスタード オレンジ	トマトあじのあさ りのスパゲティ
25 火	むぎ ごはん	きのこのおみしる① じゃがいものそぼろに② ごますあえ③		ぎゅうにゅう ① みそ ② ぶたにく とりにく ③ かまぼこ	こめ むぎ じゃがいも かたくりこ ごま ごまあぶら	なめこ しめじ エノキ ネギ にんじん こま つな たまねぎ えだまめ もやし ほうれんそう きゅうり	
26 水	むぎ ごはん	のっぺいじる① サワラのなんぶやき② いそかあえ③ てづくりももゼリー④		ぎゅうにゅう ① とりにく ② サワラ ③ ちくわ のり ④ かんてん	こめ むぎ ごま かたくりこ ごまあぶら さとう	ごぼう こんにゃく にんじん ネギ だいすもやし にんじん ほうれんそう コーン もも	
27 木	むぎ ごはん	ザーサイスープ① ヤンニョムチキン② はりはりづけ③		ぎゅうにゅう ① ぶたにく ② とりにく ③	こめ むぎ かたくりこ トウパンジャン トマトケチャップ ごまあぶら	にんじん ほくさい ネギ チンゲンサイ しょう が にんにく しょうが だいすもやし にんじん たくあん しょうが	
28 金	ト ハ スニ ①	ソーセージスープ② ポテトのナポリふう③ ヨーグルトポンチ④		ぎゅうにゅう ① バター ② ソーセージ ③ ベーコン チーズ ④ ヨーグルト	パン マーガリン さとう はちみ つ じゃがいも マヨネーズ ト マトケチャップ さとう	キャベツ ブロッコリー コーン にんじん しめじ ピーマン たまねぎ ナタデココ もも みかん パイナップル なし りんご	
31 月	むぎ ごはん	ちげじる① スタミナあげ② はるさめサラダ③ あかさかとまと④		ぎゅうにゅう ① とうふ ぶたにく ② ぶたにく みそ ③ たまご ④	こめ むぎ こんにゃく じゃがいも ごまあぶら ごまあぶら はるさめ	キムチ にんじん だいこん ネギ にんじん ピーマン たまねぎ にんにく きゅうり にんじん あかさかとまと	かいしのとくさん ぶつ赤坂トマトで す