

令和6年 5月 給食献立表

日 曜	屋 食	お や つ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1 水	麦・マージンごはん すまし汁(しめじ・えのき) 煮込みハンバーグ トウモロコシ ブロッコリーのゆで煮 オレンジ	シークワサーゼリー 乾パン 煮干し	・焼き竹輪 ・きびなご調味干し ・ぶたひき肉・牛ひき肉 ・鶏卵・煮干し	・精白米・押麦・きび・パン粉 ・とうもろこし・乾パン	・えのきたけ・ぶなしめじ・青ねぎ ・にんじん・たまねぎ・キャベツ ・トマトケチャップ・トマトピューレ ・ブロッコリー・オレンジ
2 木	ジュシー ソーメン汁 トマトサラダ 煮付け(三枚肉) オレンジ	ボンデQ 牛乳 煮干し	・まぐろ油漬缶詰(白) ・きびなご調味干し・鶏卵 ・ぶたかたローズ・きな粉 ・普通牛乳・煮干し	・精白米・そうめん・黒砂糖 ・ごま油 ・ホットケーキミックス ・調合油	・にんじん・たまねぎ・乾ひじき ・青ねぎ・レタス・トマト・キャベツ ・きゅうり・オレンジ
7 火	カレーライス アーサ汁 和風和え オレンジ	ゴマクッキー 牛乳 煮干し	・ぶたもも(赤肉)・ぶた肝臓 ・沖縄豆腐・きびなご調味干し ・焼き竹輪・鶏卵 ・普通牛乳・煮干し	・精白米・押麦・じゃがいも ・黒砂糖・ごま油・薄力粉 ・グラニュー糖・いりごま ・無塩バター	・たまねぎ・にんじん ・ゆでグリーンピース・冷凍コーン ・にんにく・あおさ・きゅうり ・キャベツ・乾わかめ・オレンジ
8 水	麦・マージンごはん すまし汁(しめじ・えのき) 小松菜の胡麻和え 照り焼きチキン オレンジ	芋天ぷら(50g) 牛乳 煮干し	・焼き竹輪 ・きびなご調味干し ・若鶏もも・鶏卵 ・普通牛乳・煮干し	・精白米・押麦・きび ・いりごま・マヨネーズ ・黒砂糖・さつまいも・薄力粉 ・調合油	・えのきたけ・ぶなしめじ・青ねぎ ・ほうれんそう・キャベツ・こまつな ・だいずもやし・にんじん・だいこん ・おろししょうが・レモン果汁 ・オレンジ
9 木	胚芽ロール かぼちゃポタージュ 魚フライ(タルタルソース) 野菜サラダ(キャベツ) オレンジ	黒糖カステラ 牛乳 煮干し	・普通牛乳 ・キングクリップ・鶏卵 ・ゆで卵・まぐろ油漬缶詰(白) ・煮干し	・無塩バター・片栗粉・薄力粉 ・生パン粉・調合油 ・マヨネーズ・黒砂糖・ごま油 ・強力粉・粉糖・いりごま	・かぼちゃ・たまねぎ・あおのり ・レタス・キャベツ・きゅうり ・にんじん・オレンジ・レーズン
10 金	麦・マージンごはん 味噌汁(小松菜・卵) 千切り炒め ポテチー オレンジ	グレープゼリー かあさんビスケット 煮干し	・鶏卵・きびなご調味干し ・麦みそ・蒸しかまぼこ ・ぶたかたローズ ・チェダーチーズ・煮干し	・精白米・押麦・きび ・しらたき・じゃがいも ・薄力粉・調合油	・こまつな・切干しだいこん ・刻み昆布・にんじん・オレンジ
13 月	チキンライス ゆし豆腐 コーンサラダ(キャベツ) 棒チーズ オレンジ	バナナケーキ 牛乳 煮干し	・若鶏ささ身・鶏卵 ・ゆし豆腐・麦みそ ・煮干し ・まぐろ油漬缶詰(白) ・プロセスチーズ	・精白米・調合油・黒砂糖 ・ごま油 ・ホットケーキミックス ・グラニュー糖・無塩バター	・たまねぎ・にんじん・青ピーマン ・トマトケチャップ・青ねぎ ・冷凍コーン・きゅうり・レタス ・キャベツ・オレンジ・バナナ ・レモン果汁
14 火	麦・マージンごはん 味噌汁(えのき・わかめ) ブロッコリー炒め 白身魚のゴマソースがけ オレンジ	ふむふむ 牛乳 煮干し	・油揚げ・麦みそ ・きびなご調味干し ・まぐろ油漬缶詰(白) ・キングクリップ・鶏卵 ・普通牛乳・生クリーム	・精白米・押麦・きび・調合油 ・薄力粉・生パン粉・いりごま ・マヨネーズ・黒砂糖・車ふ	・えのきたけ・水戻しわかめ ・だいこんの葉・ブロッコリー ・にんじん・たまねぎ・だいずもやし ・オレンジ
15 水	麦・マージンごはん 味噌汁(大根・油揚げ・わかめ) 酢豚 グリーンマッシュ(青海苔) オレンジ	ポップコーン りんご 牛乳 煮干し	・油揚げ・金山寺みそ ・きびなご調味干し ・ぶたかたローズ(赤肉) ・普通牛乳・煮干し	・精白米・押麦・きび・片栗粉 ・調合油・じゃがいも ・無塩バター・ポップコーン	・だいこん・水戻しわかめ ・青ピーマン・たまねぎ・にんじん ・たけのこ水煮缶詰 ・マッシュルーム水煮缶 ・パイナップル缶詰・乾しいたけ
16 木	お弁当会	アイスクリーム 乾パン	・アイスクリーム	・乾パン	
17 金	芋ごはん すまし汁(大根・ちくわ) ゴーヤーチャンプルー さばの味噌煮 オレンジ	ジャムサンド 牛乳 煮干し	・焼き竹輪・きびなご調味干し ・鶏卵・沖縄豆腐 ・まぐろ油漬缶詰(白) ・さば・麦みそ・普通牛乳	・さつまいも・精白米・押麦 ・いりごま・調合油・食パン	・だいこん・水戻しわかめ・青ねぎ ・にがうり・にんじん・だいずもやし ・たまねぎ・オレンジ・いちごジャム
20 月	麦・マージンごはん 味噌汁(しいたけ・卵) シブイのあんかけ 和風サラダ オレンジ	かき揚げ (ゴーヤー・じゃがいも) 牛乳 煮干し	・鶏卵・麦みそ ・きびなご調味干し ・ぶたひき肉・煮干し ・まぐろ油漬缶詰(白)・普通牛乳	・精白米・押麦・きび・片栗粉 ・粉糖・黒砂糖・ごま油 ・じゃがいも・薄力粉	・ゆで乾しいたけ・青ねぎ・とうがん ・にら・だいこん・きゅうり ・にんじん・乾わかめ・たまねぎ ・オレンジ・にがうり・なす
21 火	麦・マージンごはん 味噌汁(大根・油揚げ) 野菜の炒め物 冷奴 ちくわ オレンジ	あげパン 牛乳 煮干し	・油揚げ ・きびなご調味干し ・麦みそ・まぐろ油漬缶詰(白) ・絹ごし豆腐・煮干し	・精白米・押麦・きび・調合油 ・ロールパン・黒砂糖	・だいこん・青ねぎ・キャベツ ・にんじん・たまねぎ・だいずもやし ・青ピーマン・オレンジ
22 水	麦・マージンごはん すまし汁(油揚げ・しめじ) レバーフライ 春雨和え オレンジ	ぜんざい 煮干し	・油揚げ・鶏卵 ・きびなご調味干し ・ぶた肝臓・普通牛乳 ・乾いんげんまめ・煮干し	・精白米・押麦・きび・薄力粉 ・パン粉・なたね油 ・緑豆はるさめ・黒砂糖 ・ごま油・白玉粉	・ぶなしめじ・えのきたけ・青ねぎ ・きゅうり・にんじん・きくらげ ・オレンジ
23 木	スパゲティーミートソース コーンスープ 海鮮サラダ オレンジ	梅おにぎり 牛乳 煮干し	・ぶたひき肉・ぶた肝臓 ・バルメザンチーズ・鶏卵 ・あまえび・焼き竹輪 ・普通牛乳・煮干し	・マカロニ・スパゲティ ・片栗粉・調合油・じゃがいも ・黒砂糖・ごま油・精白米 ・いりごま	・たまねぎ・にんじん・青ピーマン ・にんにく・トマトケチャップ ・コーン缶詰クリーム・水戻しわかめ ・レタス・トマト・きゅうり ・オレンジ・梅干し
24 金	麦・マージンごはん 味噌汁(わかめ・大根) いりどり 鮭の塩焼き オレンジ	そばがりがり 牛乳 煮干し	・麦みそ ・きびなご調味干し ・鶏もも・大豆・さけ ・普通牛乳・煮干し	・精白米・押麦・きび ・しらたき・沖縄そば ・なたね油	・だいこん・乾わかめ・青ねぎ ・ごぼう・にんじん・乾しいたけ ・たけのこ水煮缶詰・青ピーマン ・オレンジ
27 月	焼きそば すまし汁(もずく・ちくわ) 焼き鳥 きゅうりスティック オレンジ	わかめおにぎり 牛乳 煮干し	・ぶたかたローズ ・焼き竹輪 ・きびなご調味干し ・鶏むね・普通牛乳・煮干し	・沖縄そば・調合油・精白米	・キャベツ・たまねぎ・にんじん ・にら・あおのり・もずく・青ねぎ ・きゅうり・オレンジ
28 火	小豆ごはん イナムドウチ ちくわの磯辺揚げ ワカメサラダ オレンジ	チョコスティックパン 牛乳 煮干し	・ゆであずき・ぶたかた(赤肉) ・蒸しかまぼこ・麦みそ ・煮干し・焼き竹輪 ・まぐろ油漬缶詰(白)	・精白米・いりごま・しらたき ・薄力粉・黒砂糖・ごま油	・乾しいたけ・だいこん・青ねぎ ・あおのり・乾わかめ・トマト ・レタス・キャベツ・オレンジ
29 水	ちらし寿司 すまし汁(もずく・ちくわ) ほうれん草の白和え チキンのから揚げ パインアップル	シフォンケーキ 牛乳 煮干し	・鶏卵・焼き竹輪 ・きびなご調味干し ・沖縄豆腐・ローズハム ・鶏手羽・普通牛乳 ・煮干し	・精白米・黒砂糖・マヨネーズ ・薄力粉・調合油・片栗粉 ・あまに油・グラニュー糖	・乾しいたけ・にんじん・きゅうり ・べつたら漬・焼きのり・もずく ・青ねぎ・ほうれんそう・冷凍コーン ・パイナップル缶詰
30 木	野菜そば トマト きゅうりスティック ウインナーのポイル オレンジ	いなりずし 牛乳 煮干し	・きびなご調味干し ・ぶたかたローズ・ぶた軟骨 ・ウインナーソーセージ ・油揚げ・普通牛乳	・沖縄そば・調合油 ・七分つき米・いりごま ・グラニュー糖	・キャベツ・にんじん・たまねぎ ・だいずもやし・青ピーマン・トマト ・きゅうり・オレンジ
31 金	鮭ごはん 味噌汁(わかめ・卵) ひじきサラダ じゃがいものそぼろ煮 わかさぎのから揚げ オレンジ	くずもち 牛乳 煮干し	・油揚げ・鶏卵・煮干し ・麦みそ・焼き竹輪 ・ベーコン・わかさぎ ・きな粉・普通牛乳	・いりごま・精白米・黒砂糖 ・ごま油・じゃがいも・片栗粉 ・薄力粉・調合油・くず粉	・水戻しわかめ・青ねぎ・乾ひじき ・トマト・レタス・キャベツ ・たまねぎ・オレンジ
土曜日 メ ニュー	ジュシー 味噌汁(わかめ・ねぎ) きゅうりスティック オレンジ	超熟ロールレーズン 牛乳	・まぐろ油漬缶詰(白) ・麦みそ ・きびなご調味干し ・普通牛乳	・精白米・ぶどうパン	・にんじん・たまねぎ・乾ひじき ・青ねぎ・乾わかめ・きゅうり ・オレンジ