

5月給食予定献立表



日 曜	献 立 名	おもに使われる食品名			アレルギー物質該当原材料名 (食品表示法に基づく28品目)	栄 養 価	
		おもに熱や力になる食品 (きいろ)	おもに血や肉や骨になる食品 (あか)	おもにからだの調子をととのえる食品 (みどり)		エネルギー kcal	蛋白質 g
1 木	コッペパンスライス	コッペパン			小麦 大豆	728	30.1
	牛乳		牛乳		乳		
	クリームシチュー	バター 油 じゃがいも ホワイトルウ	ベーコン とり肉 牛乳	たまねぎ にんじん えだまめ	小麦 乳 大豆 鶏肉 豚肉		
	焼きフランクのケチャップソースかけ	さとう	フランクフルト		豚肉		
	ブロッコリーサラダ			ブロッコリー カリフラワー にんじん とうもろこし			
香ごまドレッシング	香ごまドレッシング			小麦 卵 大豆 ごま	890	36.7	
2 金	ごはん	ごはん				685	26.3
	牛乳		牛乳		乳		
	若竹汁		かまぼこ わかめ	にんじん たけのこ ねぎ	小麦 大豆		
	ハンバーグの照り焼きソースかけ	さとう でんぶん	ハンバーグ		小麦 大豆 鶏肉 豚肉		
	五目ちらしの具	油 さとう	とり肉 炒り卵	しいたけ ごぼう にんじん かんぴょう えだまめ	小麦 卵 大豆 鶏肉		
プリン	プリン			乳 大豆	820	31.2	
7 水	中華めん	中華めん			小麦	644	22.5
	牛乳		牛乳		乳		
	サンマーメンの汁	油 でんぶん ごま油	ぶた肉	しょうが にんにく たまねぎ にんじん キャベツ もやし きくらげ こまつな	小麦 大豆 牛肉 鶏肉 豚肉 ゼラチン ごま		
	春巻き	油	春巻き		小麦 大豆 豚肉 ごま		
	フルーツポンチ			みかん缶 パイン缶 おうとう缶 ナタデココ	もも		
7 水	フルーツポンチ				761	26.3	
8 木	はちみつパン	はちみつパン			小麦 大豆	597	21.5
	牛乳		牛乳		乳		
	ジュリエンスープ		とり肉	にんじん だいこん たまねぎ キャベツ	小麦 乳 大豆 鶏肉		
	ミートオムレツ		ミートオムレツ		小麦 乳 卵 大豆 鶏肉 豚肉		
	マカロニサラダ	マカロニ		きゅうり にんじん とうもろこし	小麦		
ノンエッグマヨネーズ	ノンエッグマヨネーズ			大豆	710	25.3	
9 金	ごはん	ごはん				774	23.9
	牛乳		牛乳		乳		
	チキンカレー	油 じゃがいも カレールウ	とり肉 粉チーズ スキムミルク	にんにく たまねぎ にんじん	小麦 乳 大豆 鶏肉 豚肉 りんご パナナ		
	たこナゲット(小2個・中2個)	油	たこナゲット		小麦 大豆 豚肉 いか		
	春雨サラダ	春雨		にんじん きゅうり			
和風ドレッシング	和風ドレッシング			小麦 大豆 鶏肉 豚肉 りんご	946	28.4	
12 月	わかめごはん	わかめごはん				770	27.7
	コーヒーマルク		コーヒーマルク		乳		
	豚汁	油 じゃがいも	ぶた肉 煮干し粉 みそ とうふ	ごぼう にんじん だいこん ねぎ	大豆 豚肉		
	鶏のからあげ	油 でんぶん	とり肉生姜醤油漬け		小麦 大豆 鶏肉		
	ほうれん草ともやしのナムル			ほうれん草 もやし にんじん			
ナムルドレッシング	ナムルドレッシング			小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま	917	32.9	
13 火	ごはん	ごはん				642	21.2
	牛乳		牛乳		乳		
	鶏どせ風スープ		ミートボール なんと	ごぼう にんじん だいこん しいたけ こまつな	小麦 大豆 鶏肉 豚肉		
	ショーロンポー(小2個・中2個)		ショーロンポー		小麦 大豆 豚肉 ごま		
肉野菜炒め	油	ぶた肉	にんじん たまねぎ チンゲンサイ キャベツ	小麦 乳 大豆 鶏肉 豚肉	782	25.5	
14 水	ごはん	ごはん				607	28.7
	牛乳		牛乳		乳		
	こしね汁		煮干し粉 とうふ 油あげ みそ	だいこん にんじん こんにゃく しいたけ ねぎ	大豆		
	赤魚の照り焼き		赤魚生姜醤油漬け		小麦 大豆		
きんぴらそばろごはんの具	油 さとう	とり肉	ごぼう にんじん しらたき さやいんげん	小麦 大豆 鶏肉	735	34.7	
15 木	黒パン	黒パン			小麦 大豆	711	30.0
	牛乳		牛乳		乳		
	ポークビーンズ	油 じゃがいも さとう	ぶた肉 大豆	にんにく たまねぎ にんじん トマト	小麦 乳 大豆 鶏肉 豚肉		
	チキンカツ	油	チキンカツ		小麦 大豆 鶏肉		
	カリフラワーのサラダ			ブロッコリー カリフラワー にんじん とうもろこし			
イタリアンドレッシング	イタリアンドレッシング			小麦 大豆 鶏肉 豚肉 りんご	870	36.0	
16 金	ごはん	ごはん				689	22.9
	牛乳		牛乳		乳		
	かきたま汁	でんぶん	なんと 卵	にんじん しめじ ねぎ ほうれん草	小麦 卵 大豆		
	コーンコロッケ	コーンコロッケ 油			小麦 大豆		
	ソース				大豆 りんご		
キャベツのみそ炒め	油 さとう でんぶん	ぶた肉 みそ	しょうが にんじん たまねぎ キャベツ なら	小麦 大豆 牛肉 鶏肉 豚肉 ゼラチン	797	26.4	
19 月	ごはん	ごはん				609	27.0
	牛乳		牛乳		乳		
	新たまねぎのみそ汁【統一献立】		みそ 煮干し粉 とうふ	たまねぎ ほうれん草 えのきたけ	大豆		
	白身魚の南蛮漬	油 でんぶん ごま油 さとう	ホキ	にんにく しょうが ねぎ	小麦 大豆 ごま		
小松菜の煮浸し		油あげ	こまつな	小麦 大豆	738	32.9	

5月	日	曜	献立名	おもに使われる食品名			アレルギー物質該当原材料名 (食品表示法に基づく28品目)	栄養価	
				おもに熱や力になる食品 (きいろ)	おもに血や肉や骨になる食品 (あか)	おもにからだの調子をととのえる食品 (みどり)		エネルギー kcal	蛋白質 g
20	火	ごはん	ごはん				677	18.9	
		牛乳		牛乳		乳			
		ちゃんこスープ	油	とり肉 ミートボール とうふ	にんじん だいこん キャベツ ねぎ えのきたけ	小麦 大豆 牛肉 鶏肉 豚肉 ゼラチン			
		ハムサンドフライ	油	ハムサンドフライ		小麦 乳 卵 大豆 鶏肉 豚肉			
		ほうれん草ともやしのおひたし			ほうれん草 もやし にんじん				
		しょうゆ				小麦 大豆			
21	水	地粉うどん	地粉うどん			小麦	635	23.7	
		牛乳		牛乳		乳			
		けんちんうどんの汁	油 さといも	とり肉 煮干し粉 油あげ	ごぼう にんじん こまつな ねぎ	小麦 大豆 鶏肉			
		チーズはんぺんフライ	油	チーズはんぺんフライ		小麦 乳 卵 大豆 やまいも			
		ぶどうゼリーポンチ	ぶどうゼリー		みかん缶 バイン缶 おとう缶	もも			
22	木	ツイストパン	ツイストパン			小麦 大豆	589	23.4	
		牛乳		牛乳		乳			
		コンソメスープ		フランクフルト	にんじん たまねぎ キャベツ	小麦 乳 大豆 鶏肉 豚肉			
		ハンバーグのデミソースかけ	油 さとう デミグラスソース	ハンバーグ	たまねぎ マッシュルーム	小麦 大豆 鶏肉 豚肉			
		大根サラダ			にんじん きゅうり とうもろこし だいこん				
		中華ごまドレッシング	中華ごまドレッシング			小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ゼラチン ごま			
23	金	ごはん	ごはん				660	23.7	
		牛乳		牛乳		乳			
		ポークストロガノフ	油 じゃがいも ハヤシルウ	ぶた肉	にんにく たまねぎ にんじん しめじ トマト ブロッコリー	小麦 乳 大豆 鶏肉 豚肉			
		チキンナゲット(小2個・中3個)		チキンナゲット		小麦 乳 大豆 鶏肉			
		こんにゃくサラダ			サラダこんにゃく きゅうり キャベツ				
		バンバンジードレッシング	バンバンジードレッシング			小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ゼラチン ごま			
26	月	ごはん	ごはん				672	20.9	
		牛乳		牛乳		乳			
		なすと油あげのみそ汁	油	煮干し粉 油あげ みそ	なす たまねぎ こまつな	大豆			
		ゼリーフライ	油	ゼリーフライ		小麦 大豆			
		かてめしの具	油 さとう	とり肉	しいたけ ごぼう にんじん こんにゃく さやいんげん	小麦 大豆 鶏肉			
27	火	ごはん	ごはん				711	27.2	
		牛乳		牛乳		乳			
		トックスープ	トック	とり肉 なた わかめ	たまねぎ しいたけ いら ねぎ	小麦 大豆 牛肉 鶏肉 豚肉 ゼラチン			
		ユーリンチー	油 でんぷん さとう ごま油	とり肉	ねぎ しょうが	小麦 大豆 鶏肉 ごま			
		春野菜の炒め物	油	かまぼこ ぶた肉	にんじん キャベツ たけのこ チンゲンサイ しょうが	小麦 乳 大豆 鶏肉 豚肉			
28	水	ごはん	ごはん				668	26.8	
		牛乳		牛乳		乳			
		とりごぼう汁		とり肉 煮干し粉	ごぼう にんじん こんにゃく ねぎ	小麦 大豆 鶏肉			
		さばのガーリック焼き		さばガーリック漬け		小麦 大豆 さば			
		ほうれん草とコーンのソテー	油	フランクフルト	ほうれん草 たまねぎ とうもろこし にんじん	小麦 乳 大豆 鶏肉 豚肉			
29	木	フラワーロール	フラワーロール			小麦 大豆	701	24.3	
		牛乳		牛乳		乳			
		ミネストローネ	油 じゃがいも マカロニ	ぶた肉 ベーコン	にんにく たまねぎ にんじん セロリ トマト マッシュルーム	小麦 乳 大豆 鶏肉 豚肉			
		パリツォーネ	油	パリツォーネ		小麦 大豆 鶏肉			
		ごぼうサラダ			ごぼうサラダ とうもろこし	小麦 乳 卵 大豆 ごま			
30	金	ごはん	ごはん				720	24.9	
		牛乳		牛乳		乳			
		大根と小松菜のみそ汁		煮干し粉 とうふ わかめ みそ	だいこん こまつな	大豆			
		メンチカツ	油	メンチカツ		小麦 大豆 豚肉			
		ソース				大豆 りんご			
		しらたきのソテー	ごま油 さとう	ぶた肉	しょうが にんじん チンゲンサイ たけのこ しらたき	小麦 大豆 豚肉 ごま			

※ アレルギー表示は、特定原材料及び特定原材料に準ずるもの28品目を記載しています。

えび	かに	くるみ	小麦	そば	卵	乳
落花生(ピーナッツ)	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	カシューナッツ
キウイフルーツ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉
バナナ	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン

20回	平均栄養量	小学校	674	24.8
		中学校	812	29.4
	基準栄養量	小学校	650	21.2~32.5
		中学校	830	26.9~41.5

※ 材料入荷の都合により、献立を変更することがあります。ご了承ください。

※ ○印の献立は、業者から直接学校に配送されるものです。

※ 加須市内の給食センター(加須・騎西)では、季節に合わせて共通したメニュー【統一献立】を取り入れています。

※ 今月の地場産物は【米、きゅうり、なす、きくらげ】です。

はしの長さチェック

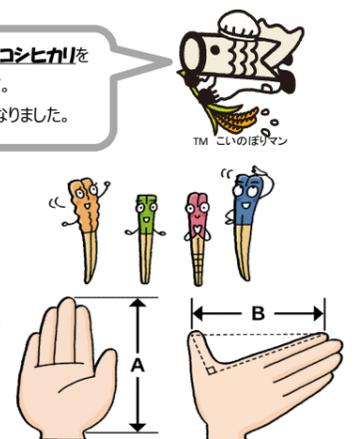
みなさんは、自分に合ったはしを使っていますか？
自分の手の長さから、自分に合うはしの長さを計算できるのをご確認ください。

はしの長さの計算方法

① A (手首から中指の先までの長さ) × 1.2

② B (親指と人差し指を直角に広げた長さ) × 1.5

※①と②のどちらで計算しても構いません。



5月のご飯は加須地域産コシヒカリを使用しています。
一部のパンが乳抜きになりました。

