



5月予定献立表(B)

大分市学校給食西部共同調理場

日付	曜	主食	牛乳	献立名	おもにエネルギーのもとになる食品	おもに体をつくるもとになる食品	おもに体の調子をとのえるもとになる食品	エネルギー(kcal) たんぱく質(g)
1	水	ごはん		かぼすの酸辣湯 チンジャオロース かしわもち	ごはん ラー油 サラダ油 でんぶん 砂糖 かしわもち(上新粉・砂糖)	牛乳 豚肉 たまご 牛肉 かしわもち(小豆)	たまねぎ きくらげ にんじん 小松菜 かぼす果汁 しょうが ピーマン たけのこ	789 33.9
2	木	コッペパン		グリーンシチュー ツナコーンサラダ	コッペパン じゃがいも 薄力粉 バター マヨネーズ(卵なし)	牛乳 鶏肉 生クリーム ツナ	たまねぎ しめじ グリーンピース パセリ コーン きゅうり キャベツ にんじん	791 32.0
7	火	コッペパン		ミネストローネ 白身魚のバジルマヨ焼き いちごミルクプリン	コッペパン じゃがいも オリーブ油 マヨネーズ マヨネーズ(卵なし) パン粉 プリン(砂糖)	牛乳 ベーコン ミックスビーンズ 赤キ プリン(脱脂粉乳)	セロリ たまねぎ にんじん トマト バジル にんにく	763 33.4
8	水	ごはん		玉ねぎとキャベツのみそ汁 帯広の肉じゃが	ごはん じゃがいも サラダ油 砂糖 でんぶん	牛乳 とうふ 油揚げ みそ 豚肉	たまねぎ にんじん えのきたけ キャベツ	726 25.6
9	木	コッペパン		じゃがもちのスープ チーズ入りドライカレー	コッペパン じゃがもち(じゃがいも・で んぶん) サラダ油 砂糖	牛乳 ベーコン 牛肉 豚肉 豚レバー 大豆 シュレッドチーズ	干しいたけ にんじん キャベツ もやし 小松菜 しょうが にんにく たまねぎ えだまめ	795 35.7
10	金	ごはん		もずくスープ 親子丼の具	ごはん サラダ油 砂糖 でんぶん	牛乳 鶏肉 とうふ もずく かまぼこ たまご 高野豆腐	干しいたけ たまねぎ にんじん えのきたけ たらこ	643 28.6
13	月	ごはん		あおさとたけのこのみそ汁 いわしの甘露煮 お茶豆	ごはん じゃがいも 砂糖 でんぶん	牛乳 あおさ あつあげ みそ いわし 大豆	えのきたけ にんじん たけのこ ねぎ 粉茶	702 28.1
14	火	ミルクパン		スコッチブロス風スープ ウイナーとポテトのケチャップ炒め	ミルクパン 麦 サラダ油 じゃがいも 砂糖 ごま油 ごま	牛乳 鶏肉 ベーコン 白いんげん ウイナー みそ	たまねぎ にんじん キャベツ ねぎ パセリ	837 34.5
15	水	ごはん		ジャージャン豆腐 小松菜とひじきのソテー	ごはん サラダ油 砂糖 ごま油 でんぶん 雑穀(玄米・黒米・押麦・ 赤米・もち麦)	牛乳 豚肉 あつあげ みそ ベーコン ひじき 雑穀(えんどう・ひよこ豆・ レンズ豆・黒大豆・小豆)	しょうが 干しいたけ たまねぎ にんじん たけのこ さやいんげん 小松菜 コーン	740 29.0
16	木	米粉パン		ABCスープ オムレツマトソース	米粉パン サラダ油 じゃがいも マカ ロニ 砂糖	牛乳 鶏肉 オムレツ(卵)	たまねぎ にんじん キャベツ コーン パセリ トマト	773 45.4
17	金	麦ごはん		ポークカレー フルーツヨーグルト	ごはん 押麦 サラダ油 じゃがいも 砂糖	牛乳 豚肉 ヨーグルト	にんにく たまねぎ にんじん トマト ビューレリンごビュレ パイン みかん もも ナタデココ	726 24.6
20	月	ごはん		根菜のごまキムチ汁 きびなごのかりかりフライ かぼす和え	ごはん じゃがいも ごま サラダ油	牛乳 豚肉 あつあげ みそ きびなご(きびなご) ちりめんじゃこ	にんじん ごぼう ねぎ キムチ きゅうり キャベツ かぼす果汁	789 32.6
21	火	コッペパン		バジルのポトフ ハンバーグジャリアピンソース	コッペパン じゃがいも サラダ油 砂糖	牛乳 ウイナー 鶏肉 ハンバーグ(鶏肉・豚肉)	にんじん キャベツ たまねぎ しめじ カリフラワー コーン バジル にんにく	781 33.3
22	水	ごはん		中華つくねスープ 豚キムチ	ごはん サラダ油 はるさめ ごま油	牛乳 つくね(鶏肉) 豚肉	しょうが たまねぎ もやし にんじん 小松菜 干しいたけ ねぎ にんにく キムチ たらこ	740 38.4
23	木	黒砂糖パン		チキンのトマト煮 チーズ入り野菜サラダ	黒砂糖パン サラダ油 じゃがいも 砂糖 オリーブ油	牛乳 鶏肉 ロースハム シュレッドチーズ	にんにく にんじん たまねぎ しめじ ロックト トマト キャベツ きゅうり コーン	764 31.5
24	金	ごはん		粉高野汁 切干の甘辛丼の具	ごはん サラダ油 砂糖 でんぶん	牛乳 たまご 高野豆腐 とうふ かまぼこ わかめ 牛肉 豚肉	えのきたけ たまねぎ にんじん ほうれんそう ねぎ 切干大根 えだまめ	694 31.8

日付	曜	主食	牛乳	献立名	おもにエネルギーのもとになる食品	おもに体をつくるもとになる食品	おもに体の調子をとのえるもとになる食品	エネルギー(kcal) たんぱく質(g)
27	月	ごはん		とりごぼう汁 ユーリンプリ	ごはん サラダ油 でんぶん 薄力粉 砂糖 ごま油	牛乳 鶏肉 とうふ ちりめんじゃこ	ごぼう にんじん こんにゃく ねぎ 干しいたけ にんにく しょうが かぼす果汁	760 29.2
28	火	小さいパン		うま塩ミートソーススパゲティ ごまじゃこサラダ ミルククリーム	コッペパン スパゲティ オリーブ油 砂糖 ごま油 ごま ミルククリーム	牛乳 牛肉 豚肉 豚レバー こんぶ ちりめんじゃこ	たまねぎ にんじん セロリ 干しいたけ えだまめ トマト キャベツ 小松菜 かぼす果汁	832 33.1
29	水	ごはん		五目うどん キャベツ入り平つくね 手作りひじきふりかけ	ごはん うどん サラダ油 砂糖 ごま	牛乳 鶏肉 油揚げ かまぼこ つくね(鶏肉) ひじき かつおぶし ちりめんじゃこ	にんじん ごぼう 小松菜 ねぎ 干しいたけ ゆかり	719 27.5
30	木	コッペパン		アスパラとコーンのクリーム煮 切干大根のソテー	コッペパン サラダ油 じゃがいも	牛乳 鶏肉 ロースハム	にんじん たまねぎ コーン クリームコーン アスパラ 切干大根 小松菜	736 31.8
31	金	ごはん		スンドゥブ 豚肉とピーマンの炒め物	ごはん 砂糖 ごま油 サラダ油 でんぶん	牛乳 とうふ たまご 豚肉	にんじん えのきたけ もやし 小松菜 たらこ キムチ にんにく しょうが ピーマン たまねぎ キャベツ パプリカ	706 34.0

*都合により献立を変更することがあります。
*この献立は基本献立です。学校毎で行事が違いますので実施しない日の献立も含まれています。
*魚貝類(えび、いか、たこ、かに含む)は、太字で記載しています。

給食ひろば



「五節句(五節供)」と行事食について知ろう!

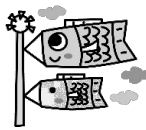


5月5日は、国民の祝日「こどもの日」ですが、男の子の健やかな成長を祝う「端午の節句」でもあります。節句と名のつく行事はほかに、1月7日の「人日の節句」、3月3日の「上巳の節句」、7月7日の「七夕の節句」、9月9日の「重陽の節句」があり、まとめて「五節句(五節供)」と呼ばれます。

中国から伝わった風習が日本独自の行事に変化したもので、行事食には、健康で幸せに暮らせるようにという願いが込められています。それぞれの節句には、邪気(病気や災難を起こす悪い気)を払うとされる季節の植物が用いられているのも特徴です。



こどもの日は「こどもの人格を重んじ、こどもの幸福をはかるとともに、母に感謝する」日として定められており、本来は、端午の節句とは別の行事です。



5/5
端午の節句
(菖蒲の節句)
かしわもち

ちまき

かぶとや武者人形、こいのぼりを飾り、「ちまき」や「かしわもち」を食べて、男の子の健やかな成長を祝います。香りの強い菖蒲を入れたお風呂につきり、厄を払う風習もあります。



サシキュー おおいた産給の日

今月は大分県産のお茶を使った「お茶豆」です。

A: 17日(金) B: 13日(月)

ごはん・牛乳・あおさとたけのこのみそ汁・いわしの甘露煮・お茶豆

