

🐟 5月予定献立表 🍱

舟橋村立舟橋小学校

	主食	牛乳	こんだて	使用している食品					
				【赤】血や肉や骨をつくる		【緑】体の調子を整える		【黄】熱や力になる	
				1群	2群	3群	4群	5群	6群
1月	ごはん	○	とんかつのあまからに こんぶあえ みそしる	みそ ぶたにく	ぎゅうにゅう こんぶ	にんじん こまつな	たまねぎ きゅうり しめじ もやし ねぎ	ごはん さとう じゃがいも こむぎこ パンこ	あぶら
2火	ちゅうか おこわ	○	やきギョウザ おひたし とうふスープ まっちゃんプリン	やきぶた とうふ とりにく	ぎゅうにゅう れんにゅう なまクリーム	にんじん こまつな	たけのこ もやしキャベツ ほししいたけ たまねぎ ねぎ しょうが にんにく	ごはん もちごめ さとう てんぷん こむぎこ	ごまあぶら ラード あぶら
3水			けんぼうきねんび						
4木			みどりのひ						
5金			こどものひ						
8月	ごはん	○	ミートボール グリーンサラダ クリームシチュー	ベーコン とりにく	ぎゅうにゅう だっしゅんにゅう なまクリーム	にんじん ブロッコリー アスパラガス	たまねぎ キャベツ きゅうり	ごはん さとう じゃがいも パンこ こむぎこ	あぶら ドレッシング
9火	ごはん	○	とりのてりやき きりぼしだいこんのソースいため みそしる	うすあげ みそ ベーコン とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな ピーマン	だいこん ねぎ きりぼしだいこん たまねぎ キャベツ	ごはん さとう でんぷん	あぶら
10水	ごはん	○	カレイのたつたあげ ゆかりあえ こうやどうふのふくめに	こうやどうふ カレイ	ぎゅうにゅう	にんじん さやいんげん あかじそ	だいこん しょうが きゅうり キャベツ	ごはん さとう こんにゃく てんぷん じゃがいも	あぶら
11木	ごはん	○	えびシューマイ ごますあえ おやこに	とりにく たい あつあげ えび たまご	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん	たまねぎ しめじ きゅうり キャベツ	ごはん さとう こんにゃく パンこ じゃがいも こむぎこ	ラード ごま
12金	ごはん	○	さけのからあげ こりこりあえ だいすのいそに れいとうパイン	ぶたにく だいす さけ あつあげ	ぎゅうにゅう ひじき	にんじん さやいんげん	きゅうり だいこん パイナップル	ごはん さとう こんにゃく てんぷん じゃがいも	あぶら ごまあぶら
15月	ごはん	○	はるまき ナムル あつあげのちゅうかにこみ	ぶたにく あかみそ あつあげ だいす	ぎゅうにゅう	にんじん チンゲンサイ	たけのこ だいこん しょうが ほししいたけ ねぎ もやし キャベツ たまねぎ きゅうり	ごはん さとう でんぷん こむぎこ はるさめ	あぶら ごまあぶら ごま
16火	はつが げんまい ごはん	ショ ユレン スジ	カレーライス ゆでたまご だいこんサラダ	ぶたにく たまご	チーズ わかめ	にんじん	オレンジ だいこん にんにく しょうが たまねぎ きゅうり	ごはん さとう はつがげんまい じゃがいも	あぶら ごまあぶら
17水	さんさい ごはん	○	あじフライ いそあえ ぶたじる	うすあげ あじ ぶたにく みそ あつあげ	ぎゅうにゅう のり	にんじん こまつな	ふき みず わらび だいこん もやし キャベツ しょうが ねぎ	ごはん もちごめ さとう じゃがいも こんにゃく パンこ こむぎこ	あぶら
18木	ごはん	○	さかなのマヨネーズやき ピーナッツあえ やさいのスープに	ぶたにく しろいんげんまめ たら みそ	ぎゅうにゅう こなチーズ	にんじん こまつな	たまねぎ キャベツ もやし	ごはん さとう じゃがいも	ノイグ マネズ ピーナッツ
19金	ロールパン (1・2ねんなし) ソフトめん	○	ミートソース こまつなサラダ メロン	ぶたにく みそ	ぎゅうにゅう こなチーズ	にんじん こまつな	しょうが とうもろこし たまねぎ メロン キャベツ	パン ソフトめん さとう	あぶら ノイグ マネズ ごま
22月	ごはん	○	ぎゅうにくのねぎみそいため たくあんあえ にらたまスープ	たまご ぎゅうにく みそ	ぎゅうにゅう	にんじん にら はねぎ こまつな	もやし しいたけ たまねぎ ねぎ キャベツ たくあん	ごはん さとう でんぷん	あぶら ごま
23火	ごはん	○	しろえびのからあげ アスパラのごまだれ ちくぜんに	とりにく しろえび	ぎゅうにゅう	にんじん さやいんげん アスパラガス	ごぼう たけのこ キャベツ もやし	ごはん さとう こんにゃく てんぷん じゃがいも	あぶら ごま
24水	ごはん	○	ぶたにくのしょうがやき のりチーズポテト すりみじる	すりみ とうふ みそ ぶたにく	ぎゅうにゅう チーズ あおのり	にんじん	だいこん たまねぎ えのきたけ ねぎ しょうが	ごはん さとう じゃがいも	あぶら
25木	5年 信治学習 ごはん	○	あげししゃも しょうがびたし ちゃんこなべ	とりにく うすあげ かまぼこ	ぎゅうにゅう しししゃも	にんじん みずな こら	たまねぎ はくさい キャベツ だいこん えのきたけ しょうが ほししいたけ ねぎ きゅうり	ごはん さとう パンこ てんぷん こんにゃく	ラード あぶら
26金	6年 信治学習 しょく パン	○	ハムステーキ ビーンズサラダ レタススープ スライスチーズ	ベーコン ハム	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん ブロッコリー	たまねぎ とうもろこし フリルレタス キャベツ	パン さとう	ごま
29月	ごはん	○	さばのみそに こんにゃくサラダ かきたまじる いちごヨーグルト	とうふ たまご さば みそ	ぎゅうにゅう ヨーグルト	にんじん ブロッコリー	ねぎ いちご えのきたけ きゅうり キャベツ	ごはん さとう でんぷん こんにゃく	ごまあぶら
30火	ごはん	○	とりにくとレバーのピーナッツがらめ はりはりあえ みそしる	とうふ みそ レバー とりにく	ぎゅうにゅう わかめ	こまつな	えのきたけ ねぎ キャベツ しょうが きりぼしだいこん	ごはん さとう でんぷん	あぶら ピーナッツ
31水	ごはん	○	ほっけのしおやき コーンあえ ぶたにくとだいこんのうまに	ぶたにく あつあげ みそ ほっけ	ぎゅうにゅう	にんじん さやいんげん チンゲンサイ	しょうが もやし だいこん とうもろこし ほししいたけ	ごはん さとう こんにゃく じゃがいも	あぶら

※ 学校の行事等や作物の収穫状況によって献立を変更することがありますのでご了承ください。