

🐟 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月 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月 水			けんぼうきねんび						
4月 木			みどりのひ						
5月 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月 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月 水	ごはん	○	カレイのたつたあげ ゆかりあえ こうやとうふのふくめに	こうやとうふ 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月 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月 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月 火	はつが げんまい ごはん	ショ ユレ ンヌ 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月 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月 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月 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月 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月 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月 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月 金	5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月 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月 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。