

令和6年度		5月分		小学校給食予定献立表(広田小学校)			鴻巣市教育委員会	
日 曜	献立名	食 品 の 種 類				エネルギー たんぱく質		
		エネルギーのもとになる(黄)	体をつくるもとになる(赤)	体の調子を整えるもとになる(緑)	調味料			
1 水	牛乳		牛乳				603	
	ツイストパン	ツイストパン						
	鶏肉のバーベキューソース	砂糖	鶏肉	玉ねぎ にんにく すりおろしりんご	塩 こしょう 白ワイン ドマドビュール ウスターソース しょうゆ		26.8	
	ブロッコリーサラダ			ブロッコリー サラダこんにゃく キャベツ		ドレッシング		
	ウィンナーとレンズ豆のスープ	じゃがいも	ウィンナー レンズ豆	にんじん 玉ねぎ コーン パセリ	コンソメ 塩 こしょう		18%	
2 木	牛乳		牛乳				695	
	たけのこごはん	米 油 砂糖	鶏肉 油揚げ	にんじん たけのこ	しょうゆ 酒 塩		26.4	
	かつおフライ	油	かつおフライ		中濃ソース			
	キャベツのみそ汁		豆腐 みそ	キャベツ にんじん 玉ねぎ	和風だし		15%	
	かしわもち	かしわもち						
7 火	牛乳		牛乳				585	
	ごはん(こうのとり伝説米)	米					25.0	
	さわらの西京焼き		さわらの西京漬け					
	切り干しだいこんサラダ			切り干しだいこん きゅうり もやし にんじん			17%	
	新じゃがの炒め煮	じゃがいも 油 砂糖	豚肉	にんじん 玉ねぎ たけのこ しらたき さやいんげん	しょうゆ			
8 水	牛乳		牛乳				608	
	大山おこわ (鳥取県の郷土料理)	米 もち米 砂糖	鶏肉 油揚げ	山菜ミックス(わらび・あずな・えのきたけ・うど・なめこ たけのこ) にんじん たけのこ 干しいたけ	みりん 酒 しょうゆ 塩		25.8	
	厚焼き卵		厚焼き卵					
	肉だんご汁		肉だんご 豆腐 みそ	ごぼう だいこん にんじん 玉ねぎ	和風だし		17%	
	河内ばんかん			河内ばんかん				
9 木	牛乳		牛乳				597	
	食パン	食パン					26.9	
	いちごジャム	いちごジャム						
	ポークビーンズ	じゃがいも 油 砂糖	豚肉 大豆	玉ねぎ にんじん しめじ にんにく ドマト	ケチャップ ウスターソース パプリカ粉 スープストック 塩 こしょう 白ワイン		18%	
	アスパラサラダ			アスパラガス キャベツ にんじん コーン		ドレッシング		
10 金	牛乳		牛乳				661	
	チャンボンめん (長崎県の郷土料理)	ホット中華めん 油 でんぶん	豚肉 えび いか さつま揚げ	しょうが コーン にんじん キャベツ もやし	中華だし しょうゆ 塩 こしょう		26.6	
	ひじきの中華炒め	ごま油	ひじき 鶏肉	にんじん たけのこ こんにゃく ビーマン しょうが にんにく	中華だし 酒 豆板醤 しょうゆ こしょう			
	抹茶蒸しパン	ホットケーキミックス粉 バター 砂糖	甘納豆 牛乳		抹茶		16%	
13 月	牛乳		牛乳				609	
	コーンピラフ	米 油	ウィンナー	にんじん 玉ねぎ コーン ビーマン マッシュルーム	塩 こしょう スープストック 白ワイン		20.2	
	きびなごかりかり焼き(低2こ・高3こ)		きびなごかりかりフライ					
	キャロットスープ	油 ホワイトルウ ジャがいも	ベーコン 牛乳	玉ねぎ にんじんペースト パセリ	スープストック 塩 こしょう		13%	
	レモンゼリー	レモンゼリー						
14 火	牛乳		牛乳				598	
	ごはん	米					29.3	
	赤魚の塩こうじ焼き		赤魚の塩こうじ漬け					
	大豆の磯煮	砂糖 油	鶏肉 油揚げ 大豆 ひじき	ごぼう にんじん こんにゃく	しょうゆ みりん		20%	
	五目汁	でんぶん	厚揚げ	にんじん えのきたけ だいこん ねぎ	酒 しょうゆ 塩 かつおさばだし			
15 水	牛乳		牛乳				590	
	黒パン	黒パン					23.2	
	ハンバーグ	砂糖	ハンバーグ		ケチャップ 中濃ソース 白ワイン			
	ポイルキャベツ			キャベツ	塩		16%	
	コンソメスープ	じゃがいも	ベーコン	にんじん 玉ねぎ コーン パセリ	コンソメ 塩 こしょう			
16 木	牛乳		牛乳				636	
	カレーライス	米 じゃがいも 油 バター 小麦粉	豚肉 スキミミルク	しょうが にんにく 玉ねぎ にんじん すりおろしりんご 炒め玉ねぎ	カレー粉 スープストック ケチャップ ウスターソース こしょう 塩		22.8	
	海藻サラダ		海藻ミックス(わかめ・こんぶ・茎わかめ・白と さかのり・青とさかのり・赤とさかのり)	キャベツ にんじん きゅうり		ドレッシング		
							14%	
	チーズ		チーズ					
17 金	牛乳		牛乳				669	
	新玉ねぎのうま塩うどん	地粉うどん 油 ごま油 砂糖	豚肉	にんじん 玉ねぎ ねぎ しめじ	バヤタン 和風だし うすくちしょうゆ みりん 塩 こしょう 酒		25.6	
	鶏肉とポテトの甘辛揚げ	でんぶん 油 ジャがいも 砂糖	鶏肉	しょうが ビーマン	酒 しょうゆ			
	冷凍みかん			みかん			15%	

日 曜	献 立 名	食 品 の 種 類				エネルギー
		エネルギーのもとになる(黄)	体をつくるもとになる(赤)	体の調子を整えるもとになる(緑)	調味料	たんぱく質
20月	牛乳		牛乳			
	ひき肉ともやしのあんかけ丼	米 砂糖 油 ごま油 でんぷん	豚肉	しょうが にんにく もやし ビーマン にんじん 干しいたけ 赤パプリカ	豆板醤 しょうゆ 塩 酒	625
	五目スープ	ごま 春雨	鶏肉 うずら卵 豆腐	にんじん ねぎ チンゲンサイ	中華だし 塩 酒	26.0
	冷凍パイン			パイン		17%
21火	牛乳		牛乳			
	深川飯 (東京都の郷土料理)	米 砂糖 油	あさり	しょうが にんじん ごぼう さやいんげん	酒 しょうゆ 塩	597
	いかのかりん揚げ(低1こ・高2こ)	油 砂糖	いかでんぷん付き	しょうが	酒 しょうゆ	29.6
	呉汁 (埼玉県郷土料理)		大豆 豆腐 みそ	にんじん だいこん ねぎ	和風だし	20%
22水	牛乳		牛乳			
	ごはん	米				590
	あじのねぎ香り焼き		あじのねぎ香り漬け			
	土佐煮 (高知県の郷土料理)	油 砂糖	鶏肉 かつお節	こんにゃく たけのこ にんじん さやいんげん	しょうゆ みりん 酒	29.7
23木	豚汁	じゃがいも 油	豚肉 豆腐 みそ	にんじん だいこん ごぼう ねぎ 玉ねぎ	かつおさばだし	20%
	牛乳		牛乳			
	はちみつパン	はちみつパン				605
	鶏肉のパプリカージュ	油	鶏肉 生クリーム	しめじ 玉ねぎ トマト ビーマン にんにく	パプリカ粉 スープストック 塩 こしょう 白ワイン	26.9
24金	コーンポテト	油 じゃがいも		コーン	塩 こしょう	18%
	ファイバースープ	大麦	ベーコン	玉ねぎ にんじん キャベツ	スープストック 塩 こしょう	
	牛乳		牛乳			
	ごはん	米				627
27月	厚揚げとキムチの炒め物	油 砂糖 でんぷん	豚肉 厚揚げ	しょうが ねぎ にんにく はくさいキムチ にんじん 玉ねぎ にら	酒 オイスターソース しょうゆ	25.3
	ワンタンスープ	ワンタンの皮 ごま油	豚肉	にんじん キャベツ もやし ねぎ しょうが	中華だし 塩 しょうゆ	16%
	牛乳		牛乳			
	こくまヨ五目ごはん	米 砂糖 ノンエッグマヨネーズ	鶏肉	にんじん しめじ 枝豆 たけのこ ごぼう	酒 塩 しょうゆ	609
28火	メンチカツ	油	メンチカツ		中濃ソース	22.3
	かき玉汁	でんぷん	卵 わかめ	にんじん こまつな 干しいたけ	しょうゆ 塩 和風だし	15%
	冷凍みかん			みかん		
	牛乳		牛乳			
29水	しょうゆラーメン	ホット中華めん				618
	春巻	油	豚肉 なた	にんじん もやし ねぎ たけのこ にんにく	中華だし しょうゆ こしょう	24.0
	千草炒め	油 春雨 ごま 砂糖	ハム	にんじん キャベツ	しょうゆ 酢	16%
	牛乳		牛乳			
30木	ハヤシライス	米				689
	オムレツ	じゃがいも 油 ハヤシルウ 砂糖	豚肉 スキムミルク	にんにく しょうが 玉ねぎ にんじん	トマトピューレ ケチャップ コンソメ 白ワイン 中濃ソース 塩 こしょう	22.6
	アセロラボンチ	アセロラゼリー		パイン 黄桃 こんにゃくだいスイモン		13%
	牛乳		牛乳			
31金	こどもパン	こどもパン				624
	スパゲティボンゴレ	油 スパゲティ	ベーコン あさり チーズ	にんにく 玉ねぎ にんじん しめじ パセリ	白ワイン スープストック 塩 黒こしょう	27.2
	デキナゲット(低1こ・高2こ)		デキナゲット			17%
	イタリアンサラダ			キャベツ きゅうり 赤パプリカ コーン	ドレッシング	
31金	牛乳		牛乳			
	ごはん	米				612
	カレイの竜田揚げ	油	カレイの竜田揚げ			
	切り昆布の煮物	砂糖 ごま油	すき昆布 さつま揚げ	にんじん 干しいたけ こんにゃく	酒 しょうゆ 塩	26.1
31金	玉ねぎのみそ汁	じゃがいも	油揚げ みそ	玉ねぎ	かつおさばだし	17%
	はしは毎日 忘れずに持ってきてましよう	給 食 回 数 21 回	学校給食摂取基準	エネルギー 650 kcal たんぱく質 摂取エネルギーの13～20%	5月平均摂取量 621 kcal 25.6g(16.5%)	
	* 材料入荷の都合により変更になることがあります。アレルギー食品については表示していませんが、加工食品等で使用されている場合がありますのでご注意ください。					
	豚肉:鴻巣 鶏肉:青森 にんじん:埼玉、徳島 玉ねぎ:北海道 じゃがいも:北海道 キャベツ:北本、群馬、愛知 ビーマン:鹿児島、茨城 ねぎ:北本、埼玉 セロリ:愛知 ごぼう:青森 だいこん:神奈川、千葉 もやし:栃木 にら:栃木 立春の日から八十八日目まで「八十八夜（はちじゅうはちや）」とされています。八十八夜は、種まきや田植え、お茶を摘むなど、春の農作業が行われる時期で、農業をする人には大切な日とされています。 今年は5月1日（水）が八十八夜にあたります。この時期に摘まれたお茶は「新茶」または「一番茶」といい、栄養が豊富でおいしいといわれています。また、うまみがあり、香りも良いのが特徴です。					