



5月 予定献立表



野々市小学校給食セン

日	曜	献立	血や肉、骨になる 赤色の食品	体の調子を整える 緑色の食品	熱や力になる 黄色の食品	E エネルギー(kcal) P たんぱく質(g) F 脂質(g)	
2	月	遠足					
3	火	憲法記念日					
4	水	みどりの日					
5	木	こどもの日					
6	金	遠足予備日					
9	月	さくらむぎごはん 牛乳 とりそぼろどん きゅうりのゆかりあえ きりぼしだいこんのみそしる	牛乳 鶏肉 たまご焼き 豚肉 うす揚げ 大豆ペースト みそ	しょうが にんじん えだまめ きゅうり 切干大根 たまねぎ ●しいたけ 小松菜	さくら麦飯 油 レンズ豆 三温糖	E 600 P 27.0 F 16.0	
10	火	ごはん ふりかけ 牛乳 かきあげ そくせきづけ さんさいうどん	牛乳 えび 塩昆布 鶏肉 うす揚げ 焼きかまぼこ 大豆たんぱく 野菜わかめふりかけ	たまねぎ にんじん ごぼう コーン えだまめ キャベツ きゅうり 福神漬け ねぎ 山菜水煮 ●しいたけ	白飯 小麦粉 油 うどん 三温糖	E 638 P 23.0 F 17.0	
11	水	きなこあげパン 牛乳 アーモンドサラダ アスパラシチュー いちごのムース	牛乳 ベーコン きなこ	きゅうり たまねぎ にんじん ●アスパラガス キャベツ	基準コッペパン 三温糖 じゃがいも 白いんげん豆 油 小麦粉 バター アーモンド ごまドレッシング いちごのムース	E 635 P 20.0 F 29.0	
12	木	ごはん 牛乳 あじのアンダレス かぼちゃのサラダ はるやさいのスープに	牛乳 あじ ウインナー チーズ ロースハム	しょうが パセリ キャベツ にんじん たまねぎ セロリー しめじ いんげん かぼちゃ きゅうり	白飯 片栗粉 油 三温糖 パン粉 じゃがいも 白いんげん豆 マヨネーズ	E 707 P 27.0 F 26.0	
13	金	むぎごはん 牛乳 ごとうちカレー ぼっかいどろ タンドリーチキン ずあげやさい スープカレー	牛乳 鶏肉 ヨーグルト うずら卵水煮	しょうが たまねぎ かぼちゃ にんにく セロリー にんじん ごぼう なす 黄ピーマン トマト(缶) りんご ●ハーブ	麦飯 じゃがいも 油 カレールウ オリーブ油 バター 小麦粉	E 724 P 26.0 F 28.0	
16	月	ごはん 牛乳 ししゃものごまあげ きんぴらごぼう にくどうふ	牛乳 ししゃも さつまいも 豚肉 焼き豆腐	ごぼう にんじん いんげん たまねぎ たけのこ水煮 えのきたけ こんにゃく ねぎ 小松菜 しょうが	白飯 小麦粉 米粉 ごま 油 三温糖 ごま油	E 661 P 31.0 F 19.0	
17	火	ごはん 牛乳 やきメンチカツ ツナサラダ かきたまみそしる	牛乳 豚肉 鶏肉 鶏卵 まぐろフレーク うす揚げ ●大豆 みそ 大豆たんぱく	たまねぎ にんじん パセリ ●しいたけ キャベツ きゅうり コーン えのきたけ チンゲン菜	白飯 パン粉 オリーブ油 ごま 三温糖 片栗粉 油	E 694 P 33.0 F 24.0	
18	水	ミルクロール 牛乳 キッシュ・ロレーヌふう キャロット・ラペ プフ・ブルギニオン	牛乳 ベーコン 鶏卵 牛肉 チーズ まぐろフレーク	たまねぎ ほうれんそう かぼちゃ にんじん パセリ にんにく セロリー しめじ トマト(缶) マッシュルーム	ミルクロール バター アーモンド オリーブ油 三温糖 じゃがいも 油 生クリーム ハヤシルウ	E 691 P 27.0 F 32.0	
19	木	ごはん 牛乳 だいずとごさかなのごまからめ しんじかがのそぼろに くだもの	牛乳 ●大豆 豚肉 鶏肉 あつ揚げ かえり干し	たまねぎ にんじん こんにゃく いんげん しょうが オレンジ	白飯 片栗粉 油 三温糖 水あめ ごま じゃがいも	E 688 P 28.0 F 23.0	
20	金	牛乳 チキンカレーライス フルーツミルクゼリー	牛乳 鶏肉 チーズ	たまねぎ にんじん にんにく しょうが トマト(缶) みかん(缶) もも(缶) パナナ	麦飯 じゃがいも 油 カレールウ 小麦粉 バター ミルクゼリーの素	E 735 P 19.0 F 19.0	
23	月	運動会振替休日					
24	火	ごはん 牛乳 しゅうまい もやしときゅうりのナムル マーボーどうふ	牛乳 しゅうまい ロースハム 豚肉 絹ごし豆腐 八丁みそ	もやし きゅうり にんじん しょうが にんにく ねぎ たけのこ水煮 干しいたけ たまねぎ	白飯 ごま油 油 三温糖 片栗粉 ごま	E 636 P 24.0 F 20.0	
25	水	バターロール 牛乳 チリコンカン コールスローサラダ オニオンスープ	牛乳 ●大豆 豚肉 ベーコン	にんにく たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり 小松菜	バターロール レンズ豆 油 マヨネーズ 三温糖 大麦	E 629 P 26.0 F 28.0	
26	木	ごはん ふりかけ 牛乳 がんものふくめに きりぼしだいこんのいために にくだんごじる	牛乳 がんもどき さつまいも 鶏肉 豚肉 鶏卵 のり香味ふりかけ	にんじん 干しいたけ ねぎ いんげん しょうが たまねぎ たけのこ水煮 だいこん チンゲン菜 切干大根	白飯 三温糖 油 ごま 片栗粉	E 604 P 25.0 F 20.0	
27	金	ごはん 牛乳 さんみやき ひじきとツナのいために みそけんちんじる	牛乳 さつまいも ひじき まぐろフレーク 鶏肉 木綿豆腐 うす揚げ みそ	ねぎ にんにく しょうが こんにゃく 赤ピーマン えだまめ だいこん ごぼう にんじん 小松菜	白飯 ごま油 三温糖 ごま 油	E 631 P 27.0 F 20.0	
30	月	ちゅうかおこわ 牛乳 とりにくとこんにゃくのてりあえ はるさめスープ	牛乳 豚肉 鶏肉 焼きかまぼこ 糸かまぼこ	にんじん 干しいたけ ごぼう たけのこ水煮 ねぎ たまねぎ いんげん しょうが もやし チンゲン菜 にんにく	アルファ化米 ごま油 三温糖 片栗粉 油 はるさめ	E 606 P 23.0 F 15.0	
31	火	ごはん 牛乳 さかなのしょうがに あおなのごまあえ とうにゅうめったじる	牛乳 さば ひじき 豚肉 あつ揚げ みそ 豆乳	しょうが ねぎ キャベツ 小松菜 にんじん たまねぎ	白飯 三温糖 片栗粉 ごま じゃがいも	E 710 P 28.0 F 27.0	

※都合により献立の内容を変更する場合があります。

●は、野々市市の地場産物を使用する予定です。

野々市市小学校給食センター