



# 令和6年 5月 献立表 (Cコース東小学校) 行田市立学校給食センター「ひまわり」

日曜	主食	牛乳	おかず	熱や力になる食品(さいろ)	血や肉になる食品(あか)	体の調子を整える食品(みどり)	エネルギー	たん白質	
1水 子どもの日 献立	もち麦入り ごはん		かしわもち ☆★ホタテ入りわかたけ汁 ◎かつおのごまふうみあげ ★こまつなのおかかあえ	もち麦入りごはん・かしわもち(大豆) 油 さとう	牛乳 ほたて・わかめ・なると かつおのごまフライ(小麦・大豆・ごま) 味付けおかか(小麦・大豆)	にんじん・たけのこ こまつな・もやし・にんじん	696	33.6	
7火	ごはん		★あいしょう汁 とうふハンバーグおろしソースがけ★ ★ツナひじきごはんの具	ごはん 油・じゃがいも 油・さとう・でんぷん 油・さとう	牛乳 ベーコン(豚)・とうふ・牛乳・みそ とうふハンバーグ(鶏・豚・大豆) ひじき・ツナ(大豆) 油あげ・いりたまご(卵・大豆)	にんじん・こまつな だいこん にんじん・しいたけ	679	28.9	
8水	ごはん		★ハヤシライス 野菜コロッケ フルーツポンチ	ごはん 油・ハヤシルウ(小麦・大豆)・ じゃがいも・カレー粉 油・コロッケ(小麦・大豆) まっちゃんゼリー	牛乳 ぶたにく・ミルクカルシウム	にんじん・いためたまねぎ(大豆) みかん・パイン・おうとう	691	20.1	
9木	ごはん		★キムチスープ ポークシューマイ(2) ★はるさめサラダ	ごはん 発芽玄米入りごはん でんぷん さとう	牛乳 ぶたにく・とうふ ポークシューマイ(豚・大豆・ごま・小麦)	にんじん・しらたき・ながねぎ・にら・えのき・キムチ キャベツ・にんじん	625	23.5	
10金	発芽玄米 入り ごはん		★かきたま汁 さばのあまみそ焼き ★たけのこごはんの具	発芽玄米入りごはん でんぷん さとう	牛乳 とりにく・なると・たまご さばのあまみそつけ(さば・大豆・小麦) 油あげ	にんじん・しいたけ・ほれんそう にんじん・たけのこ・こんにやく	672	28.3	
13月	子ども パン		★春キャベツのクリームスープ しろみさかなフライ かわちばんかん(みかんの仲間)	子どもパン(小麦・乳・大豆) こめこ・バター(乳) 油	牛乳 とりにく・牛乳 タラフライ(小麦・大豆)	にんじん・たまねぎ・キャベツ・パセリ かわちばんかん	611	25.2	
14火	ごはん		★いもだんご汁 とりつくね(2) ★◎おやまめこまめサラダ	ごはん いももち ごま・ノンエッグドレッシング(大豆)	牛乳 なると・にぼし粉 とりつくね(鶏・小麦・ごま・大豆) だいず	しいたけ・にんじん・だいこん・こまつな・ながねぎ にんじん・えだまめ(大豆)・カリフラワー・キャベツ	659	22.7	
15水	ごはん		★あさりのみそ汁 キャベツメンチカツ ◎★きんぴらごぼう	ごはん 油 油・ごま・さとう	牛乳 あさり・とうふ・みそ・にぼし粉 キャベツメンチ(豚・鶏・小麦・大豆)	だいこん・ほうれんそう・ながねぎ ごぼう・にんじん・こんにやく	616	21.0	
16木	バター ロール パン		★ミネストローネ ★しろみさかなのこうそう焼き ★プロカリサラダ	バターロール(小麦・乳・大豆) 油・マカロニ(小麦)・じゃがいも ノンエッグドレッシング(大豆)・ こうそうミックス・パン粉(小麦)・油 油・さとう	牛乳 ぶたにく タラ	にんじん・たまねぎ・セロリ・にんにく・トマト ブロッコリー・カリフラワー	618	28.5	
西中 17金 職場体験 生徒 考案献立	じごな うどん		★カレーうどんの汁 チキンナゲット(2) ★ひじきのいために	じごなうどん(小麦) 油・カレー粉 油・さとう	牛乳 ぶたにく・なると・スキムミルク チキンナゲット(小麦・大豆・鶏・豚) ひじき・さつまあげ	にんじん・たまねぎ・ほうれんそう にんじん・こんにやく	690	28.5	
20月	ごはん		★いなか汁 ほきのりごまフライ ◎こんにやくサラダ	ごはん 油 イタリアンドレッシング	牛乳 あつあげ(大豆)・みそ・にぼし粉 ほきのりごまフライ(小麦・大豆・ごま)	だいこん・ごぼう・にんじん・こまつな こんにやく(にんじん・かぼちゃ)・きゅうり・キャベツ	610	23.8	
21火	ごはん		★トックスープ しゃくしなまんじゅう(2) ★ブルコギ	ごはん ごま油・でんぷん・トック 油・さとう・ごま油・ごま・でんぷん	牛乳 たまご しゃくしなまんじゅう(小麦・大豆・鶏・豚) ぶたにく	たまねぎ・にんじん・ほうれんそう・にら・ながねぎ・たけのこ にんにく・にんじん・たまねぎ・しいたけ・ピーマン	654	27.3	
北小 22水 リクエスト 献立	わかめ ごはん		★とん汁 ★とりにくのからあげ(2) ★ブロッコリーのおかかあえ	わかめごはん 油・さといも 油・でんぷん	牛乳 ぶたにく・みそ・にぼし粉 油あげ・とうふ とりにく 味付けおかか(小麦・大豆)	にんじん・だいこん・ながねぎ・ごぼう しょうが ブロッコリー	689	33.7	
23木	もち麦 入り ごはん		ヨーグルト ★ポークカレー とうふナゲット(2) ◎かいそうミックスサラダ	もち麦入りごはん 油・じゃがいも・カレー粉 油 たまねぎドレッシング(小麦・大豆・りんご)	牛乳・ヨーグルト(乳・ゼラチン) ぶたにく・ミルクカルシウム とうふナゲット(大豆・小麦・豚)	にんにく・にんじん・たまねぎ きゅうり・キャベツ	705	23.4	
24金	ごはん		★なめこのみそ汁 ◎きびなごカリカリフライ(2) ★さんしょくそぼろ	ごはん 油 さとう	牛乳 とうふ・にぼし粉・みそ きびなごカリカリフライ ぶたにく・いりたまご(卵・大豆)	なめこ・ながねぎ・こまつな しょうが・コーン・えだまめ(大豆)	612	27.0	
28火	コッパ パン		★アスパラのスパゲティ ★チキンのチーズ焼き ★チリコンカン	コッパパン(小麦・乳・大豆) 油・スパゲティ(小麦) オリーブ油・パン粉(小麦) オリーブ油・じゃがいも・さとう	牛乳 ベーコン(豚)・あさり とりにく・チーズ ぶたにく・たいずミート・たいず	にんにく・にんじん・たまねぎ・エリンギ・アスパラガス にんにく・パセリ にんにく・にんじん・たまねぎ・トマト	604	36.0	
29水	ごはん		★肉じゃが たらのかりんあげ★ ◎★きりぼしだいこんサラダ	ごはん じゃがいも・さとう 油・さとう ごま油・さとう・ごま	牛乳 ぶたにく・さつまあげ たらのでんぷんつき	にんじん・たまねぎ・こんにやく・えだまめ(大豆) きりぼしだいこん・もやし・きゅうり・にんじん	648	29.0	
30木	ごはん		★ジャージャンとうふ フーヨーハイ ★焼きビーフン	ごはん 油 油 ごま油・ビーフン	牛乳 ぶたにく・みそ・あつあげ(大豆) フーヨーハイ(卵・小麦・大豆) とりにく・いか・えび	にんにく・しょうが・にんじん・たまねぎ・たけのこ・キャベツ にんじん・たまねぎ・こまつな	663	29.4	
31金	チキン ライス	ジョア	★クラムチャウダー ★手作りウインナーフライ(2) ★コーンサラダ	チキンライス(大豆・鶏) バター(乳)・こめ粉・じゃがいも こむぎこ・パン粉・油 油・さとう	牛乳 ベーコン(豚)・あさり・牛乳・ ミルクカルシウム ウインナー(豚)・たまご	にんじん・たまねぎ キャベツ・にんじん・コーン	666	21.0	
19回	<p>* ☆...新しいメニュー、★...手作りメニュー、◎...かみかみメニュー、🍴...はスプーンを持参しましょう。            * 使用している油は、なたね油のキャノーラ油です。            * コンタミネーションについてご心配な方はお問い合わせください。            * 食器についたあえものなどの野菜は、ゴムベラでよく落としてください。            * 材料入荷の都合による献立変更はご了承ください。            * 不明な点がありましたら給食センター(電話 048-553-1114)へお問い合わせください。</p>						kcal	g	
							<p>基準値 平均値</p> <p>塩分基準値(g) 塩分平均値(g)</p>	<p>650 653</p> <p>2.0 2.9</p>	<p>26.8 26.9</p>



- ・わかめごはん
- ・コーヒーミルク
- ・とん汁
- ・とりにくのからあげ
- ・ブロッコリーの  
おかかあえ

今月は、  
北小学校の  
みなさんが  
考えて  
くれました。

基準値  
平均値

塩分基準値(g)  
塩分平均値(g)

kcal  
g

650  
653

2.0  
2.9

26.8  
26.9