令和6年度　**5月分**

小学校給食予定献立表（箕田小学校）

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	エネルギー たんぱく質
1 水	牛乳		牛乳			624
	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 トマトピューレ ウスターソース しょうゆ	28.3
	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	18%
	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	
2 木	牛乳		牛乳			698
	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	
	かつおフライ	油	かつおフライ		中濃ソース	27.9
	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	
	かしわもち	かしわもち				16%
7 火	牛乳		牛乳			585
	ごはん（こうのとり伝説米）	米				
	さわらの西京焼き		さわらの西京漬け			24.9
	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		
					ドレッシング	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			607
	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・みずな・えのきたけ・うど・なめこ たけのこ) にんじん たけのこ 干ししいたけ	みりん 酒 しょうゆ 塩	
	厚焼き卵		厚焼き卵			26.5
	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	
	河内ばんかん			河内ばんかん		17%
9 木	牛乳		牛乳			586
	食パン	食パン				
	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 トマト	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 赤ワイン	27.4
	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	19%
10 金	牛乳		牛乳			663
	チャンポンめん（長崎県の郷土料理）	ホット中華めん				
		油 でんぷん	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	パイタン しょうゆ 塩 こしょう	
	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 ピーマン しょうが にんにく	中華だし 酒 豆板醤 しょうゆ こしょう	27.4
	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	17%
13 月	牛乳		牛乳			622
	コーンピラフ	米 バター 油	ウィンナー	にんじん 玉ねぎ コーン ピーマン マッシュルーム	塩 こしょう スープストック 白ワイン	
	きびなごカリカリ焼き（低2こ・高3こ）		きびなごカリカリフライ			22.3
	キャロットスープ	油 ホワイトルウ じゃがいも	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	
	デザート		バニラヨーグルト			14%
14 火	牛乳		牛乳			601
	ごはん	米				
	赤魚の塩こうじ焼き		赤魚の塩こうじ漬け			30.7
	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	
	五目汁	でんぷん	厚揚げ	にんじん えのきたけ だいこん ねぎ	酒 しょうゆ 塩 和風だし	20%
15 水	牛乳		牛乳			585
	黒パン	黒パン				
	ハンバーグ	砂糖	ハンバーグ		ケチャップ 中濃ソース 赤ワイン	
	ボイルキャベツ			キャベツ	塩	24.1
	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%
16 木	牛乳		牛乳			643
	カレーライス	米				
		じゃがいも 油 バター 小麦粉	豚肉 スキムミルク	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	
	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		23.3
					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	豚肉	にんじん 玉ねぎ ねぎ しめじ	パイタン かつおだし うすくちしょうゆ みりん 塩 こしょう 酒	26.1
	鶏肉とポテトの甘辛揚げ	でんぷん 油 じゃがいも 砂糖	鶏肉	しょうが ピーマン	酒 しょうゆ	16%
	冷凍みかん			みかん		

日曜	献立名	食品の種類 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	エネルギー たんぱく質
20 月	牛乳		牛乳			609
	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 ピーマン にんじん 干ししいたけ 赤パプリカ	豆板醤 しょうゆ 塩 酒	
	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	27.6
	冷凍パイン			パイン		18%
21 火	牛乳		牛乳			585
	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	
	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（埼玉県の郷土料理）		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			589
	ごはん	米				
	あじのねぎ香り焼き		あじのねぎ香り漬け			30.1
	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	
	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	和風だし	20%
23 木	牛乳		牛乳			595
	はちみつパン	はちみつパン				
	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 ピーマン にんにく	パプリカ粉 スープストック 塩 こしょう 赤ワイン	27.5
	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	
24 金	牛乳		牛乳			629
	ごはん	米				
	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	27.5
	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	17%
27 月	牛乳		牛乳			585
	こくマヨ五目ごはん	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	
	メンチカツ	油	メンチカツ		中濃ソース	22.8
	かき玉汁	でんぷん	卵 わかめ	にんじん こまつな 干ししいたけ	しょうゆ 塩 和風だし	16%
	冷凍みかん			みかん		
28 火	牛乳		牛乳			612
	しょうゆラーメン	ホット中華めん				
		油	豚肉 なると	にんじん もやし ねぎ たけのこ にんにく	パイタン しょうゆ こしょう	
	春巻	油	春巻			25.7
	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	17%
29 水	牛乳		牛乳			696
	ハヤシライス	米				
		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 赤ワイン 中濃ソース 塩 こしょう	
	オムレツ		オムレツ			22.6
	アセロラポンチ	アセロラゼリー		パイン 黄桃 こんにゃくダイスレモン		13%
30 木	牛乳		牛乳			607
	こどもパン	こどもパン				
	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 こしょう	
	チキンナゲット（低1こ・高2こ）		チキンナゲット			27.8
	イタリアンサラダ			キャベツ きゅうり 赤パプリカ コーン		18%
					ドレッシング	
31 金	牛乳		牛乳			610
	ごはん	米				
	カレイの竜田揚げ	油	カレイの竜田揚げ			26.1
	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 干ししいたけ こんにゃく	酒 しょうゆ 塩	17%
	玉ねぎのみそ汁	じゃがいも	油揚げ みそ	玉ねぎ	和風だし	

はしは毎日忘れずに持ってきましょう	給食回数	学校給食摂取基準	5月平均摂取量
	21 回	エネルギー 650 kcal たんぱく質 摂取エネルギーの13～20%	619 kcal 26.5g（17．1%）

＊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：埼玉　鶏肉：青森　にんじん：徳島　玉ねぎ：北海道　じゃがいも：北海道・鹿児島　キャベツ：愛知　ピーマン：宮崎　ねぎ：埼玉　セロリ：愛知　ごぼう：青森　だいこん：千葉　もやし：群馬　にら：群馬

献立紹介「抹茶蒸しパン」
八十八夜にちなんだ献立です

立春の日から八十八日目を「八十八夜（はちじゅうはちや）」といいます。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。