

平成29年
5月分

学校給食献立表

(平成29年 5月 1日～ 5月 31日 20回)

富田林市教育委員会
富田林市小学校給食会



月		火	
1	エネルギーkcal 661 たんぱく質g 30.9 しじょうg 17.4	2	622 25.0 19.2
むぎいりごはん	ぎゅうにゅう	きりめいワランチパン	ぎゅうにゅう
こやどうふの ぶくめに	しろみぎかなの たつたあげ	やさいスープ	ミートビーンズ
とりこ こやどうふ じゃがいも たまねぎ にんじん ほししいたけ けずりぶし しょうゆ さとう	ほき しょうゆ でんぶん あぶら	ショルダーベーコン キャベツ たまねぎ ソテーたまねぎ にんじん セロリー パイオン しょうゆ ワイン	だいず(ゆで) ぎゅうミンチ たまねぎ トマトケチャップ トマトピューレ ウスターソース ワイン
	こうみあえ おさかしろな こまつな ゆずかじゅう しょうゆ		ツナのリモンあえ ツナ きゅうり にんじん レモンかじゅう す しょうゆ
		かしわもち	



食物アレルギーをお持ちの方へ
給食センター・パン工場・米飯工場・食品加工工場では、
原材料として使用していないにも関わらず、アレルギー物質が
微量混入してしまう可能性(コンタミネーション)があります。

8	666 21.4 18.7	9	659 31.2 16.8
ハッシュド ボークライス	やさいのマリネ	しょくパン	ぎゅうにゅう
げんまいりごはん ぶたにく じゃがいも たまねぎ にんじん セロリー グリーンピース にんにく とりがら とんこつ トマトケチャップ トマトピューレ こめこハヤシルウ	きゅうり たまねぎ あかピーマン レモンかじゅう す さとう オリーブあぶら	さんさいうどん	とりささみの やくみソース
	ナタ・デ・ココ フルーツ	かまぼこ あぶらあげ うどん たけのこ ぜんまい わらび あおねぎ ほししいたけ けずりぶし だしこんぶ しょうゆ	とろろ こめこ りんごピューレ あおねぎ しょうが にんにく しょうゆ す あぶら
			てづくりいちごジャム いちご レモンかじゅう グラニュー糖

水	木	金
3	4	5
けんぽうきねんび	みどりのひ	こどものひ

15	647 28.9 18.6	16	582 27.1 23.1
げんまいりごはん	ぎゅうにゅう	オリーブパン	ぎゅうにゅう
ぶたにくとやさいの しょうがに	さわらのゆうあんやき	チンゲンサイの クリームシチュー	メヒカリのからあげ
ぶたにく じゃがいも たまねぎ にんじん しょうが けずりぶし しょうゆ さとう	けずりぶし ゆずかじゅう しょうゆ さけ	とりこ じゃがいも たまねぎ チンゲンサイ にんじん ぎゅうにゅう バター ごなチーズ なまクリーム とりがら	メヒカリ あぶら
	こまつなのあえもの にんじん しょうゆ	アスパラガスのソテー ショルダーベーコン キャベツ グリーンアスパラガス しお	

17	704 30.5 23.6	18	614 25.7 18.4
ごはん	ぎゅうにゅう	むぎいりごはん	ぎゅうにゅう
じゃがいものそばろに	やきざかな	かんこくふうすきやき	たまごやき
ぎゅうミンチ じゃがいも たまねぎ にんじん えんどうまめ けずりぶし しょうゆ さとう	そば しお けずりぶし しょうゆ	とうふ ぶたにく たまねぎ にんじん はくさいキムチ あおねぎ えのきたけ りんごピューレ しょうが にんにく にんじん しょうゆ さとう	1こ
	ひじきのサラダ だいず(ゆで) ひじき ホールコーン マヨネーズ クラス1ぼん		きゅうちゃんづけ きゅうり しょうが しょうゆ さとう

19	582 24.5 22.3
ハンバーグサンド	マカロニスープ
しょうゆ	ぶたにく こめマカロニ ほうれんそう たまねぎ ソテーたまねぎ にんじん セロリー パイオン しょうゆ
	さんしょくサラダ キャベツ グリーンアスパラガス ホールコーン フレンチドレッシング クラス1ぼん

22	623 25.9 16.8	23	724 30.8 31.5
げんまいりごはん	ぎゅうにゅう	コッパン	ぎゅうにゅう
ぶたじゃが	しおざけ	ポークビーンズ	ツナとポテトの マヨネーズやき
ぶたにく じゃがいも たまねぎ にんじん グリーンピース いとこんにやく けずりぶし しょうゆ さとう	1きれ	ぶたにく だいず(ゆで) たまねぎ トマトピューレ トマトケチャップ ウスターソース	ツナ フレンチポテト ホールコーン たまねぎ ノンエッグマヨネーズ
	すのもの ほしわかめ きゅうり す しょうゆ さとう		フルーツミックス もも(缶) みかん(缶)

24	663 30.7 20.5	25	595 24.0 15.7
ごはん	ぎゅうにゅう	むぎいりごはん	ぎゅうにゅう
あつあげのたまごとし	ししゃものからあげ	すましじる	ぶたにくのたつたあげ
あつあげ たまご とりこ たまねぎ にんじん さやえんどう かんぴょう ほししいたけ けずりぶし しょうゆ さとう	からぶとししゃも 1・2ねん 1びき 3~6ねん 2びき こめこ あぶら	かまぼこ ほうれんそう にんじん えのきたけ あおねぎ けずりぶし だしこんぶ しょうゆ	ぶたにく しょうが でんぶん しょうゆ あぶら
	きんぴらごぼう ごぼう にんじん つきこんにやく けずりぶし しょうゆ さとう いちみつとうがらし		もやし たまねぎ にんじん す しょうゆ

26	568 24.1 21.5
こめこうじゅうパン	ぎゅうにゅう
ちゅうかスープ	コロケ
こまつな にんじん たけのこ あおねぎ ほししいたけ しょうゆ	あぶら
	ちゅうかサラダ チンゲンサイ もやし にんじん ちゅうかドレッシング クラス1ぼん

29	681 22.9 19.4	30	558 23.6 19.0
ポークカレーライス	いかのマリネ	コッパン	ぎゅうにゅう
げんまいりごはん ぶたにく じゃがいも たまねぎ にんじん りんごピューレ ブルーピューレ しょうが にんにく デミグラスソース とりがら とんこつ カレーウ	いか きゅうり たまねぎ あかピーマン レモンかじゅう す さとう ワイン オリーブあぶら	とうふの ちゅうかスープに	あげじゃが
	りんご(缶)		じゃがいも あおのり しお あぶら
			はるさめの ちゅうかあえ
			はるさめ こまつな にんじん す しょうゆ こまあぶら

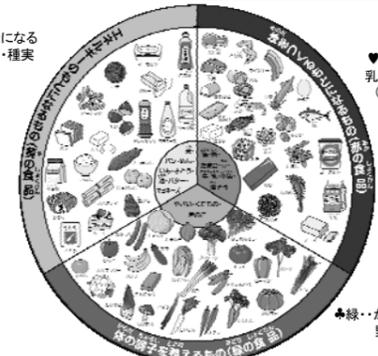
31	649 22.1 20.1
ごはん	ぎゅうにゅう
じゃがいものみそじる	とりのからあげ
ほしわかめ じゃがいも たまねぎ あおねぎ あかみそ けずりぶし だしこんぶ	とりこ しょうが でんぶん しょうゆ あぶら
	せんぎりだいこんの にも
	あぶらあげ きりぼしだいこん にんじん けずりぶし しょうゆ さとう

献立表中の♥♦♣マークは、
三色栄養(食べ物の3つの働き)
をあらわします。

給食の献立は、3つのグループの
食べ物をバランスよく組み合わせ
てつくられています。

◆黄...エネルギーのもとになる
穀類・いも・さとう・あぶら・種実
(脂質・炭水化物)

♥赤...からだをつくる
乳・卵・魚・肉・大豆・海藻
(たんぱく質・ミネラル)



◆緑...からだの調子をととのえる
野菜・くだもの・きのこ
(ビタミン・ミネラル)

※今月の富田林産は、玉葱・キャベツの一部を使用する予定です。

	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	ビタミン				食物繊維 g
						AμgRE	B1mg	B2mg	Cmg	
学校給食摂取基準	640	18.0~32.0	※ 25.0%~30.0%	350	3.0	170	0.40	0.40	20	5.0
5月平均栄養量	633	25.9	20.2 (28.7%)	307	2.4	325	0.40	0.50	25	3.8

※摂取エネルギー全体の25.0%~30.0%

- 献立表中の食品の数量の単位はgで中学年の量を示しています。
配分量は低学年(1年生・2年生)は0.85倍量、
高学年(5年生・6年生)は1.15倍量になります。
- 材料入荷のつごうにより、内容を多少変更することがありますので
ご了承ください。