

5月予定献立表

実施回数 18回 平均エネルギー 611kcal
平均たんぱくしつ 21.2g

加古川市教育委員会
学 務 課

日	1日(金)	7日(木)	8日(金)	11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)	18日(月)
献立	こどもの日メニュー ☐ごはん(小) ○ぎゅうにゅう かつおのたまねぎソース わかたけじる かしわもち	☐パン ○ぎゅうにゅう カレーうどん コーンサラダ	☐むぎごはん ○ぎゅうにゅう さわらのあげに ぶたじる ふりかけ(のり)	☐パン ○ぎゅうにゅう コロッケ ポイルやさい オニオンスープ	ハッシュドポーク ☐(ごはん) ○ぎゅうにゅう ポテトサラダ	☐ごはん(小) ○ぎゅうにゅう てりやきハンバーグ ひじきまめ みそじる	☐おうごんパン ○ぎゅうにゅう はっぼうさい パインアップル(フローズン)	☐ごはん ○ぎゅうにゅう ごまに こまつなあえ	☐パン ○ぎゅうにゅう イタリアンスパゲティ アスパラサラダ
副食材料	○かつお さけ △しょうが しょうゆ ☐でんぶん ☐あげあぶら △にんにく △たまねぎ △ねぎ ☐さとう しょうゆ ○とうふ ○かまぼこ △たまねぎ △にんにく △たけのこ(みずに) △えのきたけ ○わかめ △ねぎ しお しょうゆ にぼしだし だしこんぶ ☐かしわもち 1ふくろ	☐うどん ○ぶたにく ○かまぼこ ○あぶらあげ △たまねぎ △にんにく △ねぎ ☐カレーウ カレーこ さけ しょうゆ にぼしだし △にんにく △キャベツ △とうもろこし わふうドレッシング	☐おむぎ ☐きょうかまい ○さわら 1きれ しお こしょう ☐でんぶん ☐あげあぶら ☐ごま ☐さとう しょうゆ みりん ○ぶたにく ○とうふ ☐じゃがいも △たまねぎ △にんにく △もやし △ねぎ ○みそ にぼしだし ふりかけ(のり) 1ふくろ	☐コロッケ 1こ ☐あげあぶら △にんにく △キャベツ ソース ○ベーコン △たまねぎ △にんにく △とうもろこし △エリンギ ポークビヨン チキンビヨン しお こしょう △トマトピューレ ソース ☐あぶら ☐じゃがいも しお こしょう △にんにく △とうもろこし △きゅうり ☐マヨネーズタイプドレッシング	○ぶたにく △たまねぎ △にんにく △しめじ △グリーンピース ポークビヨン ☐ハヤシルウ デミグラスソース しお こしょう △トマトピューレ ソース ☐あぶら ☐じゃがいも しお こしょう △にんにく △とうもろこし △きゅうり ☐マヨネーズタイプドレッシング	○ハンバーグ 1こ ☐さとう しょうゆ みりん ☐でんぶん ○あぶらあげ ○だいた(みずに) △にんにく △ひじき △さやいんげん △さとう しょうゆ さけ ☐ごまあぶら にぼしだし ○とうふ ○あぶらあげ △たまねぎ △にんにく △えのきたけ △ねぎ ☐ふ ○みそ にぼしだし	☐あげあぶら ○きなこ ☐さとう しお ○ぶたにく ○いか ○うずらたまご △しょうが △たまねぎ △にんにく △たけのこ(みずに) △チンゲンサイ ポークビヨン しお こしょう しょうゆ さけ オイスターソース ☐でんぶん ☐ごまあぶら ☐あぶら △パインアップル(フローズン) 1きれ	○とりにく ○ちくわ ○あつあげ ○だいた(みずに) ☐じゃがいも △ぶたにく △にんにく △だいた △さやいんげん ☐ごま ☐さとう しょうゆ さけ みりん にぼしだし △まぐろ(あぶらづけ) △たまねぎ △にんにく △キャベツ △こまつな しお こしょう しょうゆ ☐きゅう ☐さけ ☐あぶら	☐スパゲティ ○ベーコン ○チキンフランク △にんにく △たまねぎ △にんにく △トマト(みずに) △エリンギ しお こしょう トマトケチャップ △トマトピューレ ソース ☐オリーブオイル ○こなチーズ △にんにく △キャベツ △アスパラガス イタリアンドレッシング
日	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)	25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)
献立	とりごぼうごはん ☐(むぎごはん小) ○ぎゅうにゅう ★わかさぎのからあげ はるさめじる	☐ごはん(小) ○ぎゅうにゅう くきわかめのかきあげ キャベツのみそじる	☐パン ○ぎゅうにゅう しんじゃがのクリームに ツナとだいたのサラダ	☐わかめごはん ○ぎゅうにゅう こうやどうふのふくめに キャベツのごまずあえ	☐パン ○ぎゅうにゅう ビーンズシチュー こまつなとしめじのソテー ★アーモンド	☐ごはん ○ぎゅうにゅう まーぼーあつあげ ちゅうかスープ ヨーグルト	☐ごはん ○ぎゅうにゅう カレーに ビーフンいりやさいいため のりつくだに	☐こくとうパン ○ぎゅうにゅう さわらのマリネ ABC マカロニスープ チーズ	かつめし ☐(ごはん小) ○ぎゅうにゅう インディアンキャベツ わかめのみそじる
副食材料	☐おむぎ ☐きょうかまい ○とりにく △しょうが △にんにく △ごぼう △ほししいたけ △さやいんげん ☐さとう しょうゆ・みりん さけ ☐あぶら ○わかさぎ しお・こしょう ☐でんぶん ☐あげあぶら ○うずらたまご ○とうふ ○かまぼこ △たまねぎ △にんにく △えのきたけ △ねぎ ☐りよくとうはるさめ しお・しょうゆ にぼしだし	○いか ○ちくわ ☐きつまいも △ごぼう △にんにく ○くきわかめ ☐こむぎ ☐あげあぶら ○とうふ ○あぶらあげ ☐じゃがいも △たまねぎ △にんにく △キャベツ ○みそ にぼしだし Instagram加古川市教育委員会 公式アカウントに行事食等の給食の 写真を取り上げて掲載しています! 右のQRコードからご覧ください! 	○とりにく ○ベーコン ☐じゃがいも △たまねぎ △にんにく △しめじ △エリンギ ☐ペシャメルソース ○ぎゅうにゅう ○なまクリーム ポークビヨン しお こしょう ○まぐろ(あぶらづけ) ☐さけ ○だいた(むし) △にんにく △キャベツ ごまドレッシング	○わかめごはんのもと ☐きょうかまい ○とりにく ○こうやどうふ ☐じゃがいも △たまねぎ △にんにく △ほししいたけ △さやいんげん ☐さとう しょうゆ さけ みりん にぼしだし ○あぶらあげ △キャベツ △にんにく ☐さとう す しょうゆ ☐ごま ☐ごまあぶら にぼしだし	○ぶたにく ○だいた(みずに) ☐じゃがいも △たまねぎ △にんにく △トマト(みずに) ポークビヨン ☐ビーフシチューのもと ケチャップ デミグラスソース しお こしょう ☐あぶら ○チキンフランク △たまねぎ △こまつな △しめじ ☐スパゲティ しお こしょう しょうゆ ☐あぶら ☐アーモンド 1ふくろ	○ぶたひきにく ○あつあげ ☐りよくとうはるさめ △たまねぎ △にんにく △ほししいたけ △しょうが △ねぎ ○みそ しょうゆ・さけ ☐さとう トウバンジャン ポークビヨン ☐ぶたにく ○とうふ △たまねぎ △にんにく △はくさい △もやし △ねぎ △しょうが ポークビヨン しお・こしょう しょうゆ・さけ ☐ごまあぶら にぼしだし ○ヨーグルト 1こ	○とりにく ○ベーコン ☐じゃがいも △たまねぎ △にんにく △さやいんげん ☐さとう しょうゆ みりん カレーこ にぼしだし ☐ビーフン ○ぶたにく △しょうが △たまねぎ △にんにく △キャベツ △エリンギ △チンゲンサイ ポークビヨン しお・こしょう しょうゆ・さけ ☐ごまあぶら ☐あぶら ○のりつくだに 1ふくろ	☐くろぎとう 1きれ ○さわら しお ☐でんぶん ☐あげあぶら △たまねぎ △にんにく す ☐さとう しょうゆ しお ○ベーコン △にんにく △たまねぎ △キャベツ △とうもろこし △エリンギ ☐アルファベットマカロニ ポークビヨン チキンビヨン しお こしょう しょうゆ ○チーズ 2こ	○とんかつ 1こ ☐あげあぶら ☐ビーフシチューのもと デミグラスソース △トマトピューレ ソース ☐さとう しょうゆ △キャベツ カレーこ ○とうふ ○あぶらあげ △たまねぎ △にんにく ☐じゃがいも △えのきたけ △ねぎ ○みそ にぼしだし

○印…血・肉・骨になり、からだをつくるもの(赤色) □印…熱や力のもとになるもの(黄色) △印…からだの調子をととのえるもの(みどり色) ★印…かみかみメニュー ■…兵庫県産食材

◎物資等の都合により変更する場合があります。 ◎アップルパンや麦ごはんなどの主食への混ぜ込み材料は、副食材料欄に記載しています。