



平成30年度5月学校給食献立表

信楽学校給食センター TEL82-0503 FAX82-0784



日	曜	主食	牛乳	献立名	主 な 使 用 材 料		
					血や肉になるもの(赤)	力や熱となるもの(黄)	体の調子を整えるもの(緑)
1	火	端午の節句 はなやかごはん こどもの日献立		ハンバーグのきのこあんかけ かぶと かまぼこのすまし汁 かしわもち	牛にゅう とうふ かぶと型かまぼこ とり肉 だいず	米 さとう でんぷん ラード パン粉	たまねぎ しめじ にんじん ねぎ とうもろこし 広島菜 京菜 だいこん葉
2	水	ミニパン		野菜たっぷりスパゲティ 海そうサラダ 甘夏みかん	牛にゅう ベーコン 海そうミックス	小むぎこ オリーブ油 さとう スパゲティ	たまねぎ にんじん しめじ ピーマン 甘夏みかん キャベツ とうもろこし
7	月	ごはん		つくねバーグ たまねぎのみそ汁 切り干しだいこんの炒め煮	牛にゅう みそ ちくわ とり肉 とうふ	米 じゃがいも 油 さとう でんぷん ラード	たまねぎ キャベツ ねぎ 切り干しだいこん 干しいたけ にんじん いんげんまめ えだまめ
8	火	かるちゃんの日 ごはん カルシウムたっぷり		厚焼き卵 豚じゃが 小松菜のじゃこ炒め	牛にゅう ぶた肉 ちりめんじゃこ たまご	米 じゃがいも 油 さとう でんぷん	たまねぎ にんじん しらたき いんげんまめ こまつな もやし
9	水	お茶パン		チキンカツ コンソメスープ キャベツの甘酢煮	牛にゅう ベーコン とり肉 だいず	小むぎこ 油 パン粉 じゃがいも さとう でんぷん	茶 たまねぎ にんじん キャベツ
10	木	ごはん		さばのみそがけ みつばのすまし汁 ツナとひじきのあえ物	牛にゅう さば みそ とうふ まぐろ ひじき	米 さとう でんぷん ノンエッグマヨネーズ	みつば えのきたけ たまねぎ にんじん れんこん とうもろこし
11	金	コッペパン		飲むヨーグルト ヨーグルト ハンバーグソースがけ 米粉スープ ほうれん草としめじのソテー	飲むヨーグルト とり肉 豆にゅう だいず	小むぎこ さとう 米粉 じゃがいも 油 ラード パン粉	とうもろこし たまねぎ にんじん ほうれん草 しめじ
14	月	全国味めぐり ごはん ～鳥取県～		とびうおの天ぷら かに汁 だいこんのあえ物	牛にゅう とびうお たら かに とうふ とり肉	米 油 天ぷら粉 でんぷん さとう	はくさい にんじん ねぎ えのきたけ だいこん もやし ほうれん草
15	火	ファイバーくんの日 発芽玄米ごはん 食物繊維たっぷり		おからコロケ 根菜みそ汁 キャベツのこんぶあえ	牛にゅう ぶた肉 おから とり肉 みそ こんぶ だいず	米 発芽玄米 小むぎこ じゃがいも パン粉 でんぷん 油 さとう	たまねぎ ごぼう ねぎ だいこん にんじん こんにゃく キャベツ
16	水	コッペパン いちごジャム		ウインナー 春野菜のスープ アスパラとコーンのソテー	牛にゅう ウインナー	小むぎこ じゃがいも	さやえんどう にんじん グリーンピース たまねぎ キャベツ アスパラガス とうもろこし
17	木	ごはん		ぎょうざ マーボーどうふ もやしのナムル	牛にゅう ぶた肉 みそ とり肉 だいず とうふ 赤みそ	米 小むぎこ さとう でんぷん ごま油	キャベツ にんにく もやし しょうが にんじん ねぎ たまねぎ ほうれん草
18	金	ふるさと献立 ごはん 地域の食べ物		こあゆのお茶天ぷら 甲賀ふるさと汁 丁字ふとこまつなの煮付け	牛にゅう こあゆ みそ とうふ ぶた肉 油あげ	米 油 天ぷらこ じゃがいも 丁字ふ さとう	茶 キャベツ たまねぎ にんじん ねぎ こまつな
21	月	ごはん		肉だんご 中華スープ ごぼうとしいたけのチャプチェ	牛にゅう とり肉 牛肉 だいず ぶた肉	米 でんぷん さとう はるさめ ごま ごま油	たまねぎ もやし にんじん ねぎ ごぼう いら にんにく 干しいたけ
22	火	ごはん		ますのあんかけ とうふのすまし汁 じゃがいものそぼろ煮	牛にゅう ます とうふ ぶた肉	米 さとう でんぷん じゃがいも	ねぎ えのきたけ たまねぎ にんじん
23	水	コッペパン		グラタン キャベツのスープ たまねぎの和風炒め	牛にゅう チーズ とり肉 かつおぶし ちくわ	小むぎこ じゃがいも でんぷん ノンエッグマヨネーズ	ほうれん草 たまねぎ にんじん キャベツ
24	木	ごはん		いかのワイン焼き カレー 野菜炒め	牛にゅう いか ぶた肉	米 じゃがいも 油	たまねぎ にんじん にんにく しょうが キャベツ もやし
25	金	中華めん		シューマイ ラーメンのスープ ブロッコリーの中華あえ	牛にゅう ぶた肉 なると	中華めん パンこ でんぷん 小むぎこ ごま油 さとう	たまねぎ にんじん ねぎ もやし ブロッコリー カリフラワー とうもろこし
28	月	かみかみ献立 ごはん 一口30回かも		ししゃもの天ぷら わかめのすまし汁 こんにゃくのきんぴら	牛にゅう ししゃも とうふ かまぼこ わかめ とり肉	米 油 さとう 天ぷらこ	たまねぎ にんじん えのきたけ こんにゃく 赤こんにゃく
29	火	鉄ちゃんの日 ごはん 鉄分たっぷり		あじの塩焼き こまつなのみそ汁 五目煮豆	牛にゅう あじ ぶた肉 みそ だいず こんぶ	米 油 じゃがいも さとう	こまつな たまねぎ にんじん こんにゃく いんげんまめ 干しいたけ
30	水	コッペパン		かぼちゃひき肉サンドフライ ミートボールスープ たまねぎのケチャップ炒め	牛にゅう ぶた肉 だいず とり肉	小むぎこ さとう パンこ でんぷん 油 オリーブ油	かぼちゃ たまねぎ キャベツ にんじん しめじ ピーマン にんにく
31	木	ごはん		揚げさわらの韓国風 もやしスープ はるさめの甘酢炒め	牛にゅう さわら 赤みそ ハム	米 でんぷん 油 さとう はるさめ ごま油	にんにく しめじ もやし たまねぎ にんじん 干しいたけ チンゲンサイ

★使用材料などで質問があれば給食センターまでお問い合わせください。
★都合により材料の一部を変更することがあります。
★ソフト麺(中華麺・うどん等)の工場ではそばの製造も行っています。

4月の放射能測定結果は 不検出(~20日)でした。