



令和5年度

5 月 給 食 献 立 予 定 表

秩父市立北部共同調理場



日	曜	主 食	牛乳	お か す	血 ^ち や肉 ^{にく} 、骨 ^{ほね} や歯 ^は に なる食品（赤）	熱 ^{ねつ} や力 ^{ちから} のもとに なる食品（黄）	からだの調子を 整 ^{ととの} える食品（緑）	I 初 ^は - kcal	タ ^タ バ ^バ ク ^ク 質 ^質 g
1	月	ごはん	牛乳	かきたまスープ とりにくのこうみやき ポパイサラダ	牛乳 たまご かまぼこ とうふ とりにく	ごはん でんぶん ごまあぶら ごま	ねぎ にんじん チンゲンサイ しいたけ しょうが にんにく ほうれんそう もやし とうもろこし	613	28.9
2	火	そばろごはん	牛乳	わかたけじる かつおカツ かしわもち	牛乳 ふたにく わかめ かまぼこ かつお	ごはん さとう あぶら パンこ こむぎこ でんぶん しょうしんこ	しょうが ごぼう にんじん たけのこ ねぎ こまつな えのき たまねぎ あずき	697	25.2
8	月	ごはん	牛乳	じゃがいものみそしる わふうハンバーグ こまつなのじゃこいため	牛乳 あぶらあげ とりにく ふたにく わかめ ちりめんじゃこ	ごはん じゃがいも さとう でんぶん あぶら	たまねぎ にんじん いんげん ねぎ えのき こまつな とうもろこし トマト にんにく しょうが	610	24.1
9	火	ごはん	牛乳	カレーマーボーどうふ はるさめサラダ あまなつゼリー	牛乳 とうふ ふたにく	ごはん あぶら さとう でんぶん はるさめ ごまあぶら	ねぎ にんじん にら たけのこ しいたけ しょうが にんにく キャベツ とうもろこし あまなつ	624	24.6
10	水	じごなうどん	牛乳	きつねうどんのしる しろはなまめコロッケ きりほしだいこんのサラダ（わふうドレッシング）	牛乳 あぶらあげ とりにく わかめ くきわかめ	うどん さとう あぶら じゃがいも バター パンこ こむぎこ でんぶん	ねぎ にんじん しいたけ しろはなまめ だいこん きゅうり たまねぎ ブルーン にんにく ビーマン しょうが	643	24.7
11	木	わかめごはん	牛乳	たけのこのうまに あじフリッター② ゆかりあえ	牛乳 わかめ とりにく あぶらあげ あじ おきあみ のり	ごはん じゃがいも さとう あぶら こむぎこ でんぶん こめこ	たけのこ にんじん いんげん こんにゃく ほうれんそう キャベツ もやし しそ	600	24.2
12	金	きなこあげパン	牛乳	ワンタンスープ にくだんご② はなやさいサラダ（たまねぎドレッシング）	牛乳 きなこ とりにく ふたにく	パン あぶら さとう ワンタン ごまあぶら パンこ でんぶん	もやし ねぎ にんじん チンゲンサイ ブロッコリー カリフラワー とうもろこし たまねぎ しょうが ビーマン	639	26.6
15	月	ごはん	牛乳	タンタンはるさめスープ しろみざかなのねぎソース キャベツサラダ（しおドレッシング）	牛乳 ふたにく とうにゅう メルルーサ	ごはん はるさめ ごま さとう ごまあぶら でんぶん あぶら	たまねぎ チンゲンサイ しいたけ ねぎ にんにく レモン キャベツ にんじん しょうが	639	26.1
16	火	ごはん	牛乳	にくじゃが すりみチーズロール たくあんあえ	牛乳 ふたにく たら チーズ	ごはん じゃがいも あぶら さとう ごま でんぶん	たまねぎ にんじん いんげん しらたき たくあん もやし ほうれんそう	625	25.2
17	水	こどもパン スライス	牛乳	やさいスープ ハムカツ（ちゅうのうソース） ごぼうサラダ（ごまドレッシング）	牛乳 ベーコン ハム ひじき だいすこ	パン じゃがいも あぶら ごま でんぶん パンこ さとう	たまねぎ にんじん キャベツ チンゲンサイ ごぼう れんこん	620	19.5
18	木	ごはん	牛乳	とんじる さばのみそに こまつなあえ	牛乳 ふたにく とうふ さば	ごはん じゃがいも あぶら さとう でんぶん	だいこん ごぼう ねぎ にんじんこんにゃく こまつな キャベツ とうもろこし	645	25.2
19	金	しょくパン （いちごジャム）	牛乳	コーンシチュー たこナゲット② グリーンサラダ（イタリアンドレッシング）	牛乳 とりにく たこ いか たちうお だいすこ	パン ジャム じゃがいも あぶら こむぎこ バター さとう でんぶん	たまねぎ アスパラ とうもろこし キャベツ ほうれんそう ブロッコリー えだまめ トマト	645	25.4
22	月	えびピラフ	牛乳	コンソメスープ とびうおフライ いちごとうにゅうパンナコッタ	牛乳 えび ハム ベーコン とびうお とうにゅう	ごはん バター じゃがいも あぶら パンこ こむぎこ でんぶん さとう	たまねぎ にんじん ビーマン マッシュルーム にんにく とうもろこし キャベツ いちご	647	28.6
23	火	ごはん	牛乳	ポークカレー ちちぶこんにゃくサラダ（わふうドレッシング） チーズ	牛乳 ふたにく くきわかめ チーズ	ごはん じゃがいも あぶら こむぎこ さとう でんぶん	たまねぎ にんじん にんにく しょうがこんにゃく こまつな キャベツ ブルーン ビーマン	670	23.7
24	水	ちゅうかめん	牛乳	ごまみそラーメンのスープ はるまき ちゅうかサラダ（ちゅうかドレッシング）	牛乳 ふたにく	めん ごま あぶら さとう でんぶん はるさめ こむぎこ	にんじん たまねぎ もやし ねぎ にら にんにく しょうが こまつな キャベツ たけのこ しいたけ	680	24.4
25	木	ごはん	牛乳	あつあげのごもくちゅうかに さいのくのにらまんじゅう② だいすもやしのナムル（ナムルドレッシング）	牛乳 なまあげ ふたにく えび だいすこ	ごはん あぶら さとう ごまあぶら こむぎこ でんぶん ごま	たまねぎ にんじん たけのこ キャベツ チンゲンサイ ねぎ きくらげ しょうが にんにく にら だいすもやし こまつな	664	30.3
26	金	フラワーロール	牛乳	クラムチャウダー ウインナーのケチャップソース ブロッコリーサラダ（イタリアンドレッシング）	牛乳 あさり ベーコン チーズ ウインナー	パン じゃがいも あぶら こむぎこ バター さとう	たまねぎ にんじん ブロッコリー キャベツ トマト	637	23.3
29	月	ごはん	牛乳	こまつなのみそしる とりにくのからあげ② ごもくきんぴら	牛乳 とうふ あぶらあげ とりにく ふたにく ちくわ	ごはん あぶら さとう でんぶん こむぎこ おおむぎこ	こまつな にんじん ねぎ だいこん ごぼう れんこん こんにゃく にんにく しょうが	609	28.7
30	火	ごはん	牛乳	ふたキムチ あげぎょうざ② かんこくふうもやしのサラダ（ナムルドレッシング）	牛乳 ふたにく なまあげ わかめ のり とりにく	ごはん さとう あぶら ごま でんぶん ごまあぶら こむぎこ	キムチ キャベツ ねぎ にら にんじん しょうが にんにく もやし こまつな	642	26.0
31	水	はちみつパン	牛乳	ミートソーススパゲティ ゆでやさいサラダ（たまねぎドレッシング） ヨーグルト	牛乳 ふたにく ヨーグルト	パン スパゲティ あぶら バター さとう でんぶん	たまねぎ にんじん ビーマン にんにく ブロッコリー とうもろこし	644	25.6

※地粉うどん、中華めんの製造工場においては、卵、そばを含む製品を製造しています。

◆材料の入荷等の都合により、献立の一部が変更になる場合があります。
◆給食に関係する行事については、各学校のおたよりで確認してください。

端午の節句



5月5日に行われる節句で、大昔の中国の厄よけの行事と、日本の田植えに関係する女性のお祭りが結びついたものといわれています。江戸時代になると、男の子の成長を祝う行事となりました。「菖蒲の節句」ともいわれ、菖蒲湯に入ったり、こいのぼりや武者人形を飾ったり、ちまきやかしわもちを食べたりします。