




令和6年 5月 小学校給食献立表 北部共同調理場(電話:269-7082)

日	曜	こんだてめい		食品のはたらき						えいようか	
				おもにエネルギーのもとになる食品(きいろ)		おもにからだをつくるもとになる食品(あか)		おもにからだのちようしをとのえるもとになる食品(みどり)			
食材等の都合により献立が変わることがあります。											
1	水	うどん	牛乳	かぼちゃひき肉フライ ごまあえ 肉うどん汁	うどん パン粉 さとう	あぶら ごま	ぶたにく 油あげ なた	牛乳	かぼちゃ にんじん	もやし キャベツ たまねぎ ねぎ えのきたけ しいたけ	648 25.6 22.3 3.7
2	木	さくらごはん	牛乳	とり 鶏そぼろのたまご焼き 小松菜のあさづけ わかたけ じり 若竹汁 こどもの日ゼリー 行事食	ごはん ゼリー		たまご とりにく えびしんじょ	牛乳 わかめ	小松菜 にんじん	たけのこ もやし ねぎ しいたけ	598 20.8 18.6 2.7
7	火	ごはん	牛乳	みそだれ焼肉 三色サラダ 肉入りワンタンスープ	ごはん ワンタンの皮 さとう かたくりこ	ごま ごま油 あぶら ドレッシング	ぶたにく みそ なた	牛乳	ピーマン にんじん チンゲンサイ パブリカ	たけのこ ねぎ もやし しいたけ きゅうり キャベツ たまねぎ しょうが にんにく	594 23.9 17.7 2.3
8	水	ごはん	牛乳	あじフライ(ソ) 千草あえ 鶏だんご汁(みそ味)	ごはん パン粉 さとう	あぶら	あじ とうふ 鶏だんご みそ	牛乳	ほうれんそう にんじん	もやし だいこん ねぎ コーン	631 24.2 19.4 2.2
9	木	ロールパン	牛乳	ツナマヨオムレツ チーズサラダ ミネストローネ	パン マカロニ じゃがいも	ドレッシング	ツナ たまご ウイナー	牛乳 チーズ	にんじん トマト	キャベツ きゅうり たまねぎ だいこん セロリ	599 21.3 24.7 2.5
10	金	ごはん	牛乳	ハヤシライス ツナサラダ グレーゼリー	ごはん じゃがいも ゼリー	あぶら ドレッシング	ぶたにく ツナ	牛乳	にんじん	たまねぎ エリンギ キャベツ きゅうり にんにく	655 19.7 19.5 2.1
13	月	ごはん	牛乳	いわしの梅煮 キムチあえ tonton汁	ごはん すいとん	バター	いわし ぶたにく とうふ 油あげ ミートボール みそ	牛乳	にんじん	キャベツ きゅうり うめ たまねぎ だいこん ねぎ ごぼう えのきたけ しめじ しょうが こんにゃく	588 23.7 14.1 2.4
14	火	こめっこぼん	牛乳	やきそば 杏仁フルーツあえ コーンクリームスープ	パン じゃがいも やきそばめん	あぶら	ぶたにく ベーコン	牛乳	にんじん	たまねぎ キャベツ もやし コーン もも パイン	651 24.0 21.0 2.9
15	水	ごはん	牛乳	ハンバーグおろしソースかけ 切り干し大根のあえもの 高野豆腐のみそ汁	ごはん さとう かたくりこ	ドレッシング	ハンバーグ 高野豆腐 みそ 油あげ	牛乳	小松菜 にんじん	だいこん きゅうり もやし ねぎ	622 25.8 20.8 2.4
16	木	メロンパン	牛乳	ほきのり塩フライ イタリアンサラダ ペンネのミートソース煮	パン ペンネマカロニ パン粉	ドレッシング あぶら	ほき ぶたにく	牛乳 のり	にんじん パブリカ	きゅうり キャベツ たまねぎ エリンギ コーン にんにく	785 27.7 28.4 2.9
17	金	ごはん	牛乳	肉だんご(2) 春雨サラダ 八宝菜	ごはん 春雨 さとう かたくりこ	あぶら ごま油	肉だんご いか ぶたにく なた うずらのたまご	牛乳	にんじん チンゲンサイ	きゅうり キャベツ たまねぎ たけのこ にんにく しょうが	637 24.1 20.1 2.7
20	月	ラーメン	牛乳	海鮮しゅうまい(2) うま塩もやし みそラーメンスープ 米粉ワッフル	ラーメン しゅうまいの皮 ワッフル	あぶら ドレッシング	えび ぶたにく なた みそ	牛乳	にんじん チンゲンサイ	もやし きゅうり ねぎ にんにく しょうが	650 27.3 20.9 4.3
21	火	わかめごはん	牛乳	赤魚の白しょうゆ焼き 香味漬け 呉汁	ごはん	あぶら ごま	赤魚 だいず ぶたにく みそ 油あげ	牛乳 わかめ	にんじん	キャベツ きゅうり だいこん ごぼう ねぎ	556 24.6 15.6 2.8
22	水	パーカーハウス	牛乳	まえばしメンチカツ(ソ) 枝豆サラダ ポトフ	パン パン粉 じゃがいも	あぶら ドレッシング	ぶたにく ウイナー	牛乳	にんじん	えだまめ キャベツ きゅうり たまねぎ だいこん	652 23.7 27.7 2.7
23	木	ごはん	牛乳	かに玉あんかけ 小松菜のナムル 水ぎょうぎスープ	ごはん さとう かたくりこ	ごま油 ドレッシング	かに たまご 水ぎょうぎ なた	牛乳	小松菜 にんじん	もやし キャベツ たまねぎ しいたけ	588 20.6 15.8 2.7
24	金	むぎ 麦ごはん	牛乳	チキンカレー こんにゃくサラダ ヨーグルト	麦ごはん じゃがいも	あぶら ドレッシング	とりにく	牛乳 わかめ ヨーグルト	にんじん	たまねぎ こんにゃく キャベツ きゅうり にんにく しょうが	675 21.1 19.0 2.8
27	月	ごはん	牛乳	枝豆入りたまご焼き こぎつねごはんの具 ふのみそ汁	ごはん じゃがいも さとう ぶ	あぶら	たまご とりにく みそ 油あげ とうふ	牛乳	にんじん	えだまめ たまねぎ キャベツ	620 26.6 19.7 2.5
28	火	はちみつパン	牛乳	チキンナゲット(2) コーンサラダ ラビオリトマトスープ	パン ラビオリの皮	ドレッシング	とりにく ぶたにく ベーコン	牛乳	にんじん トマト	キャベツ きゅうり コーン たまねぎ	616 24.6 20.5 3.1
29	水	ごはん	牛乳	さばのスタミナ焼き のり酢あえ 田舎汁	ごはん じゃがいも さとう	ごま油	さば 油あげ とうふ みそ	牛乳 のり	小松菜 にんじん	もやし だいこん ねぎ	610 22.9 22.1 1.9
30	木	せわ 背割りコッペパン	コーヒ 牛乳	フランクフルトケチャップソースかけ アスパラサラダ うずら卵入りABCスープ	パン マカロニ さとう	ドレッシング	フランクフルト うずらの卵 ベーコン	牛乳	にんじん アスパラガス	たまねぎ キャベツ きゅうり コーン	641 24.2 28.6 3.5
31	金	ごはん	牛乳	わかどり 若鶏のねぎソースかけ 海藻サラダ いかボールスープ	ごはん さとう かたくりこ	あぶら ごま油 ドレッシング	とりにく いかボール	牛乳 海藻	にんじん チンゲンサイ	ねぎ きゅうり もやし キャベツ たまねぎ しいたけ	642 25.3 23.0 2.6

☆()の数ほりつけ数です。★(ソ)はソース が別につきます。

行事食《こどもの日》
さくらごはん 牛乳 鶏そぼろのたまご焼き
小松菜のあさづけ 若竹汁 こどもの日ゼリー



【今月の前橋産の食材】
 ●お米 ●とりにく
 ●きゅうり・こまつな・たまねぎなど

月平均栄養量

631
23.9
20.9
2.7

【5月分給食費口座振替日】
5月31日(金)