

令和 4 年 5 月 学校給食予定献立表 島原市立第四小学校

日付 曜日	献立名	主な働きと材料名			エネルギー
		体をつくる基になる	体の調子を整える基になる	エネルギーの基になる	たんぱく質
2 (月)	ビビンバ(ごはん ぶたにくのいためもの ナムル きんしたまご)	ぶたにく たまご	ほうれんそう もやし にんじん きゅうり	こめ むごまあぶら さとうあぶら	613
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			25.3
	はるさめスープ	とりにく はんぺん	にんじん たまねぎ ねぎ	はるさめ	
6 (金)	グリーンピースごはん	わかめ	グリーンピース	こめ	606
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			19.2
	じゃがだんごじる	はんぺん	えのきたけ ねぎ たまねぎ	じゃがもち	
	ししゃもフライ	ししゃも		あぶら こむぎこ パンこ でんぷん	
	そくせきあえ		キャベツ		
9 (月)	ごはん			こめ	675
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			26.1
	チャーシュードウフ	ぶたにく あつあげ みそ	たけのこ たまねぎ にんじん しいたけ グリンピース	さとう でんぷん	
	バンサンスー	わかめ	きゅうり	はるさめ さとうごまあぶら ごま	
10 (火)	はちみつパン			はちみつパン	648
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			24.4
	ツナスパゲティ	まぐろのあぶらづけ ベーコン チーズ	にんじん たまねぎ ピーマン マッシュルーム	スパゲティ	
	ドレッシングサラダ		にんじん キャベツ とうもろこし	さとう あぶら	
11 (水)	ごはん			こめ	624
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			25
	みそしる	とうふ わかめ みそ	たまねぎ ねぎ		
	ぶたにくのこうみいため	ぶたにく	にんじん たまねぎ キャベツ	さとう ごまあぶらごま あぶら	
12 (木)	コッペパン			コッペパン	611
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			24.7
	ポークビーンズ	ぶたにく ベーコン だいず	にんじん たまねぎ グリンピース	じゃがいも さとう	
	フルーツヨーグルト	ヨーグルト	みかん パイン もも		
13 (金)	むぎごはん			こめ むぎ	625
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			24.9
	かきたまじる	はんぺん たまご	にんじん たまねぎ	でんぷん	
	タラのレモンづけ	タラ		あぶら でんぷん こめこ さとう こむぎこ	
	ごまあえ		ほうれんそう もやし にんじん	さとう ごま ねりごま	
16 (月)	ごはん			こめ	630
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			22.5
	うおそうめんじる	うおそうめん とうふ	しいたけ にんじん ねぎ		
	ミンチカツ	ぶたにく	キャベツ たまねぎ	あぶら パンこ でんぷん	
	ほしだいこんのふくめに	てんぷら	だいこん にんじん	あぶら さとう	
17 (火)	こめこパン			こめこパン	645
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			23.1
	ごもくうどん	とりにく はんぺん	にんじん たまねぎ ぶかねぎ	うどん	
	ごぼうナッツ		ごぼう	でんぷん あぶらごま アーモンド さとう	
18 (水)	ごはん			こめ	648
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			24.4
	ちゅうかつくねスープ	とりにく	にんじん たまねぎ ほうれんそう	でんぷん ごまあぶら	
	かんこくふういためもの	ぶたにく	にんじん きくらげ キャベツ なら	さとう ごまあぶらごま はるさめあぶら	

令和 4 年 5 月 学校給食予定献立表 島原市立第四小学校

日 付 曜 日	献 立 名	主 な 働 き と 材 料 名			エネルギー
		体をつくる基になる	体の調子を整える基になる	エネルギーの基になる	たんぱく質
19 (木)	コッペパン			コッペパン	608
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			22.7
	ラビオリスープ	ベーコン とりにく ぶたにく	たまねぎ にんじん キャベツ	ラビオリ こむぎこ	
	オムレツ	たまご		でんぷん	
	コールスロー		キャベツ とうもろこし おろしりんご	あぶら さとう	
20 (金)	ポークカレー (むぎごはん)	ぶたにく だっしぷんにゅう	たまねぎ にんじん グリンピース りんご	こめ じゃがいも 加ールウ	628
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			19.5
	くきわかめのサラダ	くきわかめ	きゅうり にんじん	あぶら さとう	
23 (月)	しゅんきうんどうかいだいじつ 				
24 (火)	コッペパン			コッペパン	621
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			22.6
	ウインナーとしろいんげんまめのパスタ	ウインナー いんげんまめ	たまねぎ にんじん マッシュルーム ピーマン トマト	ペンネ	
	カラフルサラダ		キャベツ きゅうり ピーマン とうもろこし	あぶら さとう こむぎこ	
25 (水)	ごはん			こめ	631
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			22.1
	すましじる	わかめ	えのきたけ ねぎ	しらたまもち	
	いわししょうがに	いわし		さとう でんぷん	
	クービイリチー	ぶたにく てんぷら こんぶ	にんじん たけのこ	さとう あぶら	
26 (木)	パーカーハウスパン			パーカーハウスパン	632
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			25.3
	ごぼうのクリームスープ	ベーコン ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ ごぼう マッシュルーム パセリ	マーガリン こむぎこ	
	ハンバーグ	ハンバーグ		さとう	
	キャベツ		キャベツ		
27 (金)	ちゅうかどん (むぎごはん)	ぶたにく いか	たまねぎ にんじん キャベツ グリンピース	こめ あぶら でんぷん	688
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			22.8
	はるまき	とりにく	キャベツ たまねぎ たけのこ	あぶら こむぎこ パンこ でんぷん	
	アーモンドあえ		キャベツ にんじん	アーモンド さとう	
30 (月)	ごはん			こめ むぎ	651
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			25.1
	じゃがいものそばろに	とりにく あつあげ ちくわ	にんじん こんにゃく グリンピース	じゃがいも さとう でんぷん	
	ごもくあつやきたまご	たまご チーズ	たまねぎ にんじん ほうれんそう しいたけ	でんぷん	
	もやしのなんばんづけ		もやし	ラーゆ ごまあぶら	
31 (火)	はいがパン			はいがパン	696
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			25.3
	カレーうどん	ぶたにく ちくわ だっしぷんにゅう	にんじん たまねぎ ぶかねぎ	うどん カレールウ	
	かぼちゃフライ	ぶたにく	かぼちゃ たまねぎ	あぶら さとう こむぎこ パンこ	
	あおじそあえ		キャベツ		

※ 献立は、予定ですので、学校行事や物資購入等の都合により、急に変更する場合があります。よろしくお願ひします。

※ 4・5月分の給食費は5月6日(金)に引き落としますのてよろしくお願ひします。