

給食だより 5月号 <訂正版>

令和7年5月 伊米ヶ崎小学校
(小出学校給食センター)
※訂正がありましたので、訂正版を再度配付します。

	月	火	水	木	金
	こんげつ きゅうしよくもくひよ 今月の給食目標		ひにち エネルギー Kcal えんぶん 塩分 g	1 603 kcal 1.8 g	2 634 kcal 1.8 g
献立	ただ しよくじ み つ 正しい食事マナーを身に付けよう！		おもに おもに 副菜 主菜	しおこんぶ カツオ あえ フライ	こどものひ こんだて さんしよくゼリー アスパラの ツナマヨあえ
赤	いただきます！ ごちそうさまでした！		しよくしよく しるもの 主食 汁物	ごはん なまあげの みそしる	ごはん はるやさいの とんじる
黄	★食事のあいさつは 感謝の気持ちを こめて言おう！		おもにからだ おもに体をつくる食べ物	カツオ しおこんぶ なまあげ わかめ みそ だいずペースト ぎゅうにゅう	ぶたにく ツナ とうふ みそ ぎゅうにゅう
緑			おもにねつ ちから おもに熱や力になる食べ物	ごはん こむぎこ あぶら ごまあぶら ごま	ごはん ごまあぶら さとう マヨネーズ じゃがいも ゼリー
	5	6	7 615 kcal 2.6 g	8 640 kcal 2.2 g	9 607 kcal 2.1 g
献立	こどものひ	ふりかえきゅうじつ 振替休日	グリーン ミート サラダ ボール	ほうれんそう タラと の だいずの ごまサラダ ケチャップ がらめ	ごもく とりの きんぴら てりやき
赤			ちキン ポトフ	ごはん だいこんの みそしる	ごはん しめじの みそしる
黄			こくとうコッペパン	とりにく ハム ぎゅうにゅう	とりにく さつまあげ とうふ あぶらあげ みそ ぎゅうにゅう
緑			とりにく コッペパン さとう あぶら じゃがいも	ごはん かたくりこ じゃがいも あぶら さとう ごま	ごはん さとう あぶら
	12 598 kcal 2.0 g	13 643 kcal 1.8 g	14 595 kcal 2.5 g	15 606 kcal 1.9 g	16 665 kcal 2.6 g
献立	ゆかり ぶたにくの あえ てっこうに	きりほしだいこん サラダ	あぶらふ の さけの しおやき	のりす キャベツ あえ メンチ	サイダーゼリー じゃこサラダ
赤	ごはん さつまいもの みそしる	ソフトめん	ごはん みそワントン スープ	ごはん けんちん じる	ハヤシライス (むぎごはん)
黄	ぶたにく ひじき しらすぼし なまあげ みそ だいずペースト ぎゅうにゅう	ハム ぶたにく なんと ぎゅうにゅう	さけ あぶらふ ぶたにく みそ ぎゅうにゅう	ぶたにく ツナ のり とりにく なまあげ ぎゅうにゅう	ちりめんじゃこ ぶたにく だいずペースト ぎゅうにゅう
緑	ごはん あぶら さとう ごま さつまいも	ソフトめん ごまあぶら ごま あぶら さとう	ごはん さとう あぶら ワントン ぎゅうにゅう	ごはん こむぎこ あぶら さといも ごまあぶら	ごはん むぎ あぶら ごま じゃがいも ハヤシルウ ゼリー
	19	20 596 kcal 2.1 g	21 662 kcal 2.6 g	22 607 kcal 1.8 g	23 605 kcal 2.2 g
献立	うんどうかい 運動会 振替休業日	さつまあげの きりざい みそいため	キャベコーンサラダ	はるさめ ぶたにくの ツナ ねぎしお サラダ いため	あおのり ほっけの ポテト うまみしょうゆ ソテー やき
赤		ごはん にくじゃが じる	きなこあげパン (こめこパン)	ごはん わらびの みそしる	ごはん ごま とうにゅう じる
黄		なっとう さつまあげ みそ ぶたにく ぎゅうにゅう	きなこ ハム ウインナー とりにく だいず ぎゅうにゅう	ぶたにく ツナ あぶらあげ とうふ わかめ みそ だいずペースト ぎゅうにゅう	ほっけ ベーコン あおのり とりにく あぶらあげ とうにゅう ぎゅうにゅう
緑		ごはん ごま ごまあぶら さとう じゃがいも あぶら	こめこパン あぶら さとう じゃがいも	ごはん あぶら さとう はるさめ ごまあぶら ごま	ごはん じゃがいも あぶら ごま
	26 609 kcal 2.2 g	27 673 kcal 1.9 g	28 642 kcal 1.9 g	29 618 kcal 1.9 g	30 663 kcal 2.3 g
献立	とりささみの ごまマヨあえ	こまツナ あえ	キャベツの ごまみそ いため	わふう マカロニ サラダ	コーン とりからの おひたし レモンあえ
赤	ごはん だいこんの ちゅうか スープ	ゆでうどん	ごはん もやしの みそしる	ごはん えのきと くるまふの みそしる	ごはん かぶと なまあげの オスターライスに
黄	ぶたにく とりにく なんと ぎゅうにゅう	ツナ のり ぶたにく ぎゅうにゅう	さば ぶたにく あつあげ あぶらあげ みそ だいずペースト ぎゅうにゅう	あつあげ ハム くるまふ みそ だいずペースト ぎゅうにゅう	とりにく かつおぶし ぶたにく なまあげ ぎゅうにゅう
緑	ごはん こむぎこ マヨネーズ ごま マロニー かたくりこ	ゆでうどん こむぎこ あぶら	ごはん さとう あぶら ごま じゃがいも	ごはん ごまあぶら さとう マカロニ マヨネーズ	ごはん かたくりこ あぶら さとう
	キャベツ きゅうり にんじん もやし だいこん ほししいたけ チンゲンサイ ねぎ	たまねぎ にんじん こまつな もやし はくさい ごぼう ほししいたけ ねぎ	にんじん たまねぎ いんげん キャベツ しょうが しめじ もやし ほうれんそう	たまねぎ いんげん しょうが にんにく ほうれんそう キャベツ にんじん コーン だいこん はくさい えのきたけ ねぎ	しょうが レモンじる キャベツ もやし ほうれんそう コーン にんじん たまねぎ かぶ きくらげ チンゲンサイ にんにく

※都合により献立は変更になる場合があります。