

れいわ ねんど がつ きゅうしよくよ ていこんだてひょう  
**令和4年度 5月 給食予定献立表**



綾小学校

日 (曜)	こんだて	黄の食品 エネルギーのもと	赤の食品 体をつくる	緑の食品 体の調子をととのえる	調味料その他
6 (金)	ゆかりごはん	こめ むぎ		しそ	
	わかたけしる	こどもの日 メニュー	とうふ わかめ	こまつな たけのこ にんじん えのぎたけ ねぎ	かつおぶし こんぶ しょうゆ
	からあげ	こむぎこ でんぷん あぶら	とりにく	にんにく しょうが	こしょう さけ しお しょうゆ
	ブロッコリーソテー かしわもち	オリーブオイル かしわもち		ブロッコリー	しお
7 (土)	<b>参 観 日</b> ~ <b>午前中授業</b> なので、 <b>給食</b> はありません。 <small>ごぜんちゅうじゅぎょう</small> <small>きゅうしよく</small>				
9 (月)	むぎごはん	こめ むぎ			
	とりにくのごまみそに	じゃがいも あぶら さとう ごま	とりにく あつあげ みそ	こんにやく にんじん たけのこ ごぼう えだまめ	さけ しょうゆ にぼし
	あますあえ	さとう	わかめ ちくわ	きゅうり キャベツ もやし	す しょうゆ しお
10 (火)	こめこパン	こめこパン			
	ポークビーンズ マカロニサラダ	じゃがいも あぶら さとう マカロニ ノンエッグマヨネーズ	だいず ぶたにく まぐろみずに	たまねぎ にんじん トマト きゅうり にんじん キャベツ コーン	ワイン しょうゆ かつお ウスターソース しょうゆ
11 (水)	むぎごはん	こめ むぎ			
	ごじる		だいず とうふ ぶたにく あぶらあげ みそ	こまつな にんじん ねぎ	にぼし
	さわらのてりやき ミニトマト	さとう	さわら	しょうが ミニトマト	さけ しょうゆ みりん
12 (木)	むぎごはん	こめ むぎ			
	ごもくうどん ちくわのカレーあげ	うどん こむぎこ でんぷん あぶら	とりにく あぶらあげ かまぼこ ちくわ	にんじん ごぼう しいたけ ねぎ	にぼし しょうゆ さけ みりん しお カレーこ
13 (金)	<b>春の校外学習</b> ~ <b>おべんとうのじゅんぴをおねがいします。</b>				
16 (月)	むぎごはん わかめスープ	こめ むぎ ごま	とうふ わかめ かまぼこ	たけのこ ねぎ	しょうゆ にぼし
	ブルコギ	ごまあぶら さとう はちみつ ごま	ぶたにく	にんじん たまねぎ たら キャベツ しめじ エリンギ ごぼう はくさいキムチ	しょうゆ コチジャン さけ
17 (火)	コッペパン	コッペパン			
	トマトクリームスパゲティ ブロッコリーサラダ	スパゲティ オリーブオイル こめこ バター さとう さとう あぶら	とりにく きゅうにゅう なまクリーム	こまつな たまねぎ にんじん トマト しめじ にんにく ブロッコリー きゅうり にんじん コーン	しお こしょう チキンブイヨン す しょうゆ
18 (水)	むぎごはん	こめ むぎ			
	おやこどん りっちゃんのサラダ	さとう さとう ごまあぶら ごま	とりにく たまご ハム かつおぶし きざみこんぶ	たまねぎ にんじん しいたけ ねぎ キャベツ きゅうり にんじん トマト コーン	かつおぶし しょうゆ さけ みりん しょうゆ す しお
19 (木)	むぎごはん	こめ むぎ			
	まーぼーどうふ パンパンジーサラダ	あぶら さとう でんぷん ごま さとう ごまあぶら	とうふ ぶたにく みそ とりにく わかめ	たけのこ たまねぎ にんじん しいたけ たら しょうが きゅうり もやし にんじん しょうが	しょうゆ みりん しょうゆ みりん す
20 (金)	むぎごはん	こめ むぎ			
	しらたまだんごじる シャケのごまマヨやき	しらたまだんご じゃがいも ごま ノンエッグマヨネーズ	あぶらあげ みそ 鮭(シャケ)	にんじん こまつな しいたけ ねぎ	にぼし さけ しお しょうゆ



れいわ <sup>ねんと</sup> <sup>がつ</sup> <sup>きゅうしよくよていこんだてひょう</sup>  
**令和4年度 5月 給食予定献立表**



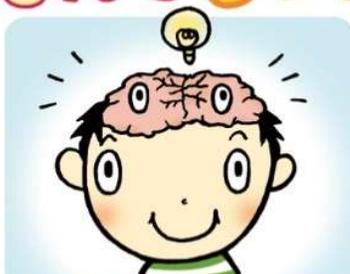
綾小学校

日 (曜)	こんだて	黄の食品	赤の食品	緑の食品	調味料その他
		エネルギーのもと	体をつくる	体の調子をととのえる	
23 (月)	むぎごはん	こめ むぎ			
	にらたまスープ		とりにく たまご	えのきたけ にら チンゲンサイ にんじん たまねぎ	オリーブ しょうゆ さけ しお
	ホイコーロー	あぶら さとう ごまあぶら	ぶたにく みそ 	しょうが にんにく キャベツ こまつな たけのこ にんじん	さけ しょうゆ しお テンメンジャン
24 (火)	しょくパン ジャム	しょくパン メープルゼリージャム			
	しろはなまめのシチュー	あぶら こめこ バター	とりにく きゅうりゆう しろはなまめとしろいんげんまめ	こまつな にんじん たまねぎ	チキンブイヨン しお ワイン
	コーンサラダ	さとう あぶら	 	キャベツ きゅうり にんじん コーン	しょうゆ す
25 (水)	むぎごはん	こめ むぎ			
	ぶたじる	じゃがいも あぶら	ぶたにく あつあげ みそ	キャベツ もやし にんじん ごぼう ねぎ しょうが	にぼし
	せんぎりだいこんのいために	さとう あぶら 	とりにく ちくわ 	せんぎりだいこん しいたけ にんじん えだまめ	しょうゆ みりん
26 (木)	ひじきごはん	こめ むぎ あぶら さとう 	とりにく あぶらあげ ひじき	にんじん しいたけ  えだまめ	しょうゆ みりん
	うおそうめんじる		うおそうめん とうふ	こまつな えのきたけ にんじん ねぎ	こんぶ かつおぶし しょうゆ さけ
	いろどりあえ	ごま ノンエッグマヨネーズ	わかめ かまぼこ 	きゅうり キャベツ  にんじん	しょうゆ
27 (金)	むぎごはん	こめ むぎ			
	かみなりじる	ごまあぶら	とうふ わかめ	たまねぎ にんじん こんにやく しいたけ ねぎ	こんぶ かつおぶし しょうゆ みりん
	かつおのケチャップいために	でんぷん こめこ あぶら さとう	かつお 	えだまめ たまねぎ にんじん	しお こしょう ウスターソース ケチャップ しょうゆ
30 (月)	むぎごはん	こめ むぎ			
	ぶたにくのしょうがに	さとう あぶら	ぶたにく あつあげ	にんじん しいたけ こんにやく れんこん たけのこ いんげん ごぼう しょうが 	さけ しょうゆ しお みりん
	ようふうしらあえ	ノンエッグマヨネーズ さとう ごま 	とうふ ハム みそ	こまつな きゅうり にんじん	しょうゆ
31 (火)	こくとうしょくパン	こくとうしょくパン			
	やきそば	ちゅうかめん あぶら	ぶたにく ちくわ	たまねぎ にんじん キャベツ ピーマン もやし たけのこ にら 	ウスターソース やきそばソース しお こしょう
	しゅうまい、たたききゅうり	ごまあぶら ごま 	ポークしゅうまい	きゅうり	しょうゆ

あさ <sup>た</sup>  
**朝ごはんをしっかりと食べよう!** 



おなかのめざまし



のう 脳 のめざまし



からだ 体 のめざまし



こころ 心 のめざまし