



給食献立予定表

諸塚中学校

日付	こ ん だ て め い	加熱-(kcal)	お も な ざ い り よ う					
			血やにくになる		体の調子をととのえる		力や熱のもとになる	
1 (木)	麦ごはん 牛乳 たけのこのすまし汁 いわしのから揚げ ゆでゆし 子どもの日デザート	787	牛乳 小豆 かまぼこ	豆腐 米粉からあげ かまぼこ	にんじん たけのこ もやし	えのきだけ 小松菜 だいこん	米 麦 油 こどもの日デザート(ゼリー)	
2 (金)	茶めし 牛乳 高野豆腐の煮物 たこときゅうりの酢の物	730	昆布 鶏肉 たこ	牛乳 高野豆腐 わかめ	たまねぎ たけのこ しいたけ	にんじん 枝豆 きゅうり	米 麦 砂糖	
7 (水)	麦ごはん 牛乳 ベーコンとじゃがいもの煮物 野菜のみそアーモンド和え	773	牛乳 豚肉 ハム	ベーコン ちくわ 白みそ	たまねぎ 糸こんにゃく さやいんげん もやし	にんじん ほうれん草 スイートコーン	じゃがいも 米 アーモンド	油 砂糖 麦
8 (木)	麦ごはん 牛乳 もずくスープ 鶏肉とゴーヤの揚げ煮	809	牛乳 豆腐 鶏肉	ベーコン もずく	にんじん ねぎ きくらげ	たまねぎ ゴーヤ	米 ごま でんぶん 油	麦 はちみつ じゃがいも 砂糖
9 (金)	麦ごはん 牛乳 ポークハヤシライス グリーンサラダ 中のみ型抜きチーズ	800	牛乳 型ぬきチーズ	豚肉	たまねぎ マッシュルーム 枝豆 きゅうり キャベツ	にんじん しめじ トマト ブロッコリー もやし	米 油 和風ドレッシング	麦 ハヤシルウ
12 (月)	減量わかめごはん 牛乳 ジャージャー麺 日向夏ドレッシングサラダ	766	わかめ 豚肉ミンチ 豚レバー	牛乳 挽き割り大豆 赤みそ	にんじん たけのこ ねぎ キャベツ	たまねぎ しいたけ アスパラガス もやし	米 うどん 砂糖 ごま油 日向夏ドレッシング	麦
13 (火)	麦ごはん 牛乳 ごまみそ煮 磯香和え	723	牛乳 ちくわ 白みそ	豚肉 もみのり 赤みそ	にんじん 板こんにゃく さやいんげん 小松菜	たけのこ しいたけ もやし きゅうり	米 じゃがいも 油 砂糖 ごま	麦 里いも
14 (水)	諸塚学校給食の日 とうきびごはん 牛乳 旬野菜のスープ 千切り大根の炒め煮	726	牛乳 鶏肉 かつお節	ベーコン 油揚げ	たまねぎ キャベツ ごぼう	にんじん 千切大根 しいたけ	米 じゃがいも 砂糖	割とうきび 油
15 (木)	振替休業日 (5/17日体育大会前日準備分)							
16 (金)	チーズパン 牛乳 カレーピーフン 枝豆サラダ	887	牛乳 えび	豚肉 ハム	たまねぎ かうべー・ツ もやし	にんじん ブロッコリー 枝豆	チーズパン ごま油 ビーフン	ビーフン 砂糖
19 (月)	振替休業日 (5/18日体育大会分)							
20 (火)	麦ごはん 牛乳 野菜つみれ汁 ひじきの炒め煮	723	牛乳 野菜つみれ ひじき 大豆	豚肉 鶏肉 油揚げ	にんじん えのきだけ しいたけ 枝豆	小松菜 れんこん 糸こんにゃく	じゃがいも 米 油	麦 砂糖
21 (水)	麦ごはん 牛乳 厚揚げの中華煮 もやしのナムル	796	牛乳 挽き割り大豆	鶏肉 絹厚揚げ	たまねぎ しいたけ 枝豆 もやし	にんじん たけのこ 小松菜	米 砂糖 ごま	麦 ごま油 でんぶん
22 (木)	麦ごはん 牛乳 カラフルスープ 豆乳コーンコロッケ いんげんのごま和え	738	牛乳 豆乳コーン とりささみ	ベーコン 豆乳コーンコロッケ	たまねぎ ほうれん草 スイートコーン	えのきだけ にんじん さやいんげん	米 油 ごま	麦 砂糖
23 (金)	麦ごはん 牛乳 親子丼 まだか漬け	782	牛乳 かまぼこ か-ト大豆	鶏肉 卵 きざみ昆布	たまねぎ しいたけ 千切大根	にんじん ねぎ	米 油	麦 砂糖
26 (月)	麦ごはん 牛乳 山海汁 豚肉と厚揚げの炒め物	744	牛乳 白みそ 絹厚揚げ	はんぺん 豚肉 わかめ	しいたけ にんじん ごぼう たまねぎ 青ピーマン	しめじ ごぼう たまねぎ エリンギ	米 油 砂糖	麦
27 (火)	麦ごはん 牛乳 小松菜のみそ汁 魚のごま油和え ゆでブロッコリー	791	牛乳 豆腐 たら	油揚げ 白みそ	小松菜 たまねぎ ねぎ	にんじん しいたけ ブロッコリー	米 油 砂糖	麦 ごま油 ごま
28 (水)	麦ごはん 牛乳 肉団子スープ ホイコーロー	742	牛乳 豚肉	ミートボール 絹厚揚げ	にんじん ほうれん草 たまねぎ 青ピーマン	しいたけ キャベツ たけのこ にら	米 ごま油 砂糖	油 春雨 でんぶん
29 (木)	麦ごはん 牛乳 肉じゃが 豆と雑穀のサラダ	765	牛乳 ちくわ 五種豆	豚肉 とりささみ	たまねぎ 糸こんにゃく 枝豆 キャベツ	にんじん しいたけ きゅうり もやし	米 じゃがいも 五穀	麦 油 砂糖 タリアント・レッシング
30 (金)	ハンバーガー 牛乳 トマトのスープ (照焼チキンパティ ゆでキャベツ)	719	牛乳 照焼チキンパティ	ベーコン キャベツ	たまねぎ トマト ブロッコリー	トマト キャベツ	バーガーパン	じゃがいも