

# 令和6年度



# 5月 献立表

中学校用

5月

熊取町教育委員会

日・曜	1日(水)	2日(木)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)
献立名	筍ごはん 玉ねぎの味噌汁 じゃが芋のそぼろ煮 飲むヨーグルト(コアコア)	<b>新メニュー</b> ほんのり甘いパン 春野菜のスープ 魚のケチャップあん 牛乳	とんかつバーガー コーンスープ 牛乳	カレーライス ごぼうのサラダ 牛乳	コッペパン 白菜と鶏団子のスープ 焼きビーフン ジョア(ストロベリー)	ごはん 豚汁 大豆の燗煮 鮭そぼろ 牛乳	ごはん ワンタンスープ 麻婆豆腐 米粉のカップケーキ(イチゴ) 牛乳	コッペパン クリームシチュー キャベツのサラダ 牛乳	スタミナ丼 若竹汁 牛乳	コッペパン ミネストローネ クリスピーチキン 飲むヨーグルト(コアコア)	ごはん タツリタン グリーンアスパラのソテー 韓国のに 牛乳
材料名および 三色栄養	精白米 筍ごはんの素 厚揚げ 玉ねぎ わかめ 人参 青ねぎ 赤味噌 白みそ けずりぶし だし汁 鶏ミンチ 土生姜 じゃが芋 人参 枝豆むき身 片栗粉 サラダ油 砂糖 こい口醤油 みりん けずりぶし だし汁 飲むヨーグルト(コアコア)	ほんのり甘いパン ベーコン じゃが芋 玉ねぎ キャベツ 人参 グリーンアスパラ うすいえんどう うす口醤油 塩 胡椒 鶏がら スープ たら 小麦粉 片栗粉 揚げ油 砂糖 ケチャップ ウスターソース 水 牛乳	渦巻きカットパン 鶏肉 じゃが芋 玉ねぎ ホールコーン 人参 うす口醤油 塩 胡椒 鶏がら スープ とんかつ 揚げ油 キャベツ サラダ油 塩 胡椒 1食とんかつソース 牛乳	精白米 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 サラダ油 豆乳 カレールーウ ウスターソース カレー粉 塩 胡椒 鶏がら 豚骨 スープ イカ 茎わかめ ごぼう 人参 ごまドレッシング 牛乳	コッペパン 鶏団子 白菜 人参 干し椎茸 緑豆春雨 青ねぎ うす口醤油 塩 胡椒 鶏がら 豚骨 スープ 豚肉 ビーフン 筍 人参 ニラ サラダ油 ごま油 うす口醤油 みりん けずりぶし だし汁 胡椒	精白米 豚肉 さつまい芋 玉ねぎ 人参 もやし ごぼう 青ねぎ 赤味噌 白みそ けずりぶし だし汁 大豆 鶏肉 ひじき つきこんにやく 人参 サラダ油 砂糖 こい口醤油 みりん けずりぶし だし汁 鮭フレーク 煎り胡麻 こい口醤油 酒 サラダ油 牛乳	精白米 鶏肉 白菜 人参 ニラ ワンタンの皮 うす口醤油 塩 胡椒 鶏がら 豚骨 スープ 豆腐 豚ミンチ 人参 青ねぎ 土生姜 にんにく 赤味噌 片栗粉 サラダ油 ごま油 砂糖 こい口醤油 みりん 豆板醤 鶏がら 豚骨 スープ 米粉のカップケーキ(イチゴ) 牛乳	精白米 鶏肉 酒 じゃが芋 玉ねぎ 人参 パセリ 小麦粉 バター サラダ油 牛乳 粉チーズ 塩 胡椒 鶏がら スープ ボンレスハム キャベツ 人参 イタリアンドレッシング 牛乳	精白米 鶏肉 豆腐 かまぼこ わかめ 人参 セロリ にんにく サラダ油 トマトピューレ ケチャップ 砂糖 うす口醤油 塩 胡椒 鶏がら 人参 にんにく サラダ油 こい口醤油 豆板醤 塩 胡椒 牛乳	コッペパン ベーコン じゃが芋 カットスパゲティ 玉ねぎ 人参 セロリ にんにく サラダ油 トマトピューレ ケチャップ 砂糖 うす口醤油 塩 胡椒 鶏がら スープ クリスピーチキン 揚げ油 飲むヨーグルト(コアコア)	精白米 鶏肉 じゃが芋 大根 玉ねぎ 人参 にんにく 土生姜 砂糖 こい口醤油 みりん コチュジャン 鶏がら スープ フランクフルト ホールコーン グリーンアスパラ サラダ油 塩 胡椒 韓国のに 牛乳
中学	エネルギー/たんぱく質/脂質 701kcal 25.7g 11.6g	エネルギー/たんぱく質/脂質 738kcal 33.7g 23.3g	エネルギー/たんぱく質/脂質 749kcal 27.9g 32.1g	エネルギー/たんぱく質/脂質 794kcal 24.0g 23.4g	エネルギー/たんぱく質/脂質 628kcal 26.6g 14.5g	エネルギー/たんぱく質/脂質 685kcal 28.2g 14.7g	エネルギー/たんぱく質/脂質 751kcal 29.5g 22.8g	エネルギー/たんぱく質/脂質 731kcal 28.3g 26.4g	エネルギー/たんぱく質/脂質 647kcal 30.7g 17.2g	エネルギー/たんぱく質/脂質 743kcal 27.1g 20.8g	エネルギー/たんぱく質/脂質 693kcal 26.2g 17.0g

赤:赤色の食品・・・体をつくるもとになるもの 黄:黄色の食品・・・熱や力になるもの 緑:緑色の食品・・・体の調子をととのえるもの

◇都合により、献立が一部変更になる場合があります。

◇(は)マークの献立は、かみごたえのある食材を使用しています。よくかんで食べましょう。

◇給食のエネルギー量は文部科学省「日本食品標準成分表八訂」に基づき算出しています。



	エネルギー(kcal)	タンパク質(g)	脂質(g)
基準栄養量	830	27~42	18~28
今月平均栄養量	699	28	19.8

# 令和6年度



# 5月 献立表

中学校用

熊取町教育委員会

日・曜	20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)	27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	31日(金)
献立名	ごはん 味噌汁 つくね団子の煮物 牛乳	<b>新メニュー</b> コッペパン ポトフ 鶏肉の香草焼き 牛乳	ごはん 豆腐入り中華スープ 酢豚 飲むヨーグルト(アンドミルク)	小型パン カレーうどん ツナ入り煮浸し イチゴジャム 牛乳	<b>図書給食</b> ごはん レタススープ 煮込みハンバーグ 牛乳	ごはん 白玉団子のすまし汁 鯖のピリ辛煮 ふりかけ(いろいろやさい) 牛乳	小型パン 塩ラーメン キムチ炒め チョコクリーム 牛乳	<b>(は)</b> いろいろごはん すきやき風煮 ちくわの磯辺揚げ 牛乳	<b>新メニュー</b> 米粉パン マカロニスープ ポテトソテー 牛乳	ねぎ塩豚丼 春雨スープ 飲むヨーグルト(コアコア)
材料名および 三色栄養	精白米	精白米	精白米	小型パン	精白米	精白米	小型パン	精白米	米粉パン	精白米
	豆腐	鶏肉	鶏肉	うどん	卵	鶏肉	中華麺	豚肉	鶏肉	鶏肉
	わかめ	人参	豆腐	豚肉	ベーコン	豆腐	豚肉	鶏肉	シェルマカロニ	豆腐
	麩	玉ねぎ	白菜	油揚げ	玉ねぎ	かまぼこ	人参	白菜	人参	緑豆春雨
	大根	じゃが芋	人参	玉ねぎ	レタス	白玉団子	大根	玉ねぎ	玉ねぎ	白菜
	人参	キャベツ	青ねぎ	人参	人参	大根	人参	人参	キャベツ	人参
	青ねぎ	うす口醤油	うす口醤油	青ねぎ	うす口醤油	人参	キャベツ	焼き豆腐	うす口醤油	ニラ
	赤味噌	塩	塩	カレールー	塩	青ねぎ	わかめ	糸こんにやく	塩	干し椎茸
	白みそ	胡椒	胡椒	ケチャップ	胡椒	うす口醤油	青ねぎ	麩	胡椒	うす口醤油
	けずりぶし	ローレル	鶏がら	こい口醤油	鶏がら	塩	うす口醤油	砂糖	鶏がら	塩
だし汁	鶏がら	豚骨	けずりぶし	スープ	けずりぶし	塩	こい口醤油	スープ	胡椒	
鶏団子	スープ	スープ	だし汁	ハンバーグ	だし汁	胡椒	酒	じゃが芋	鶏がら	
こんにやく	鶏肉	豚肉角切り	ツナ	砂糖	鯖	豚骨	鶏がら	パセリ	スープ	
人参	バジルピューレ	土生姜	白菜	ケチャップ	土生姜	鶏がら	スープ	サラダ油	もやし	
砂糖	塩	酒	人参	ウスターソース	赤味噌	人参	鶏肉	塩	玉ねぎ	
こい口醤油	胡椒	こい口醤油	うす口醤油	水	砂糖	こい口醤油	玉ねぎ	あおさ	人参	
けずりぶし	牛乳	片栗粉	けずりぶし	牛乳	こい口醤油	酒	キムチ	揚げ油	牛乳	
だし汁		揚げ油	だし汁	イチゴジャム	ごま油	ごま油	人参	牛乳		
牛乳		玉ねぎ	イチゴジャム	牛乳	豆板醤	水	ニラ			
		人参	牛乳		水	いろいろやさいふりかけ	にんにく			
		ピーマン				牛乳	サラダ油			
		片栗粉					こい口醤油			
		サラダ油					塩			
		砂糖					胡椒			
		こい口醤油					酒			
		ケチャップ					レモン汁			
		酢					うす口醤油			
		豚骨					ごま油			
		鶏がら					煎り胡麻			
		スープ					飲むヨーグルト(コアコア)			
		飲むヨーグルト(アンドミルク)								
エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質
中学	621kcal 26.3g 12.6g	663kcal 38.9g 20.9g	704kcal 27.8g 14.7g	674kcal 26.8g 22.2g	717kcal 27.6g 21.3g	757kcal 30.7g 24.5g	646kcal 27.0g 25.8g	727kcal 29.5g 17.1g	650kcal 21.1g 21.2g	655kcal 24.7g 11.8g

赤:赤色の食品・・・体をつくるものになるもの      黄:黄色の食品・・・熱や力になるもの      緑:緑色の食品・・・体の調子をととのえるもの

## 5月：「もののけ屋 二丁目の卵屋にご用心」 廣嶋玲子 静山社 たまご



もののけて、妖怪とかお化けのことなんだけど、そういうのって、もう絶滅したって思ってる？そりゃそうよねえ、夜だってこんなに明るくちゃ、闇の力も隠れる場所がないわよね？…でもね、ちゃんといふのよ。今も。あう、信じないの？だったら貸してあげるわよ、あなたにぴったりのもののけちゃんがいるの…悩める子どもたちに、お化けや妖怪のもつ不思議な力を貸すという「もののけ屋」。この話、あなたは信じる？ それとも…

卵はいろいろな料理に使われる、とても身近な食べものです。たんぱく質やビタミン・ミネラルを含んでいます。卵の殻には白・赤等ありますが、これらは鶏の種類の違