

# 令和6年度

# 5月 こんだてひょう

小学校用

熊取町教育委員会

5月

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	たけのこごはん たまねぎのみそじる じゃがいものそぼろに のむヨーグルト(ココア)	<b>しんメニュー</b> ほんのりあまいパン はるやさいのスープ さかなのケチャップあん ぎゅうにゅう	とんかつバーガー コーンスープ ぎゅうにゅう	カレーライス ごぼうのサラダ ぎゅうにゅう	コッペパン はくさいとどりだんこのスープ やきビーフン ジョア(ストロベリー)	ごはん ぶたじる だいずのいそに さけそぼろ ぎゅうにゅう	ごはん ワンタンスープ マーボー豆腐 米粉のカップケーキ(イチゴ) ぎゅうにゅう	コッペパン クリームシチュー キャベツのサラダ ぎゅうにゅう	スタミナどん わかたけじる ぎゅうにゅう	コッペパン ミネストローネ クリスピーチキン のむヨーグルト(ココア)	ごはん タツリタン グリーンアスパラのソテー かんこくのり ぎゅうにゅう
材料名および 三色栄養	せいはいくまい たけのこごはんのもと あつあげ たまねぎ わかめ にんじん あおねぎ あかみそ しろみそ けずりぶし だしじる とりミンチ つちしょうが じゃがいも にんじん えだまめむきみ かたくりこ サラダあぶら さとう こいくちしょうゆ みりん けずりぶし だしじる のむヨーグルト(ココア)	ほんのりあまいパン ベーコン じゃがいも たまねぎ キャベツ にんじん グリーンアスパラ うすくちしょうゆ しお こしょう とりがら スープ とんかつ あげあぶら キャベツ サラダあぶら しお こしょう いっしょくとんかつソース ぎゅうにゅう	うずまきカットパン とりにく じゃがいも たまねぎ ホールコーン にんじん サラダあぶら うすくちしょうゆ しお こしょう とりがら スープ とんかつ あげあぶら キャベツ サラダあぶら しお こしょう いっしょくとんかつソース ぎゅうにゅう	せいはいくまい ぶたにく じゃがいも たまねぎ にんじん サラダあぶら とうにゅう カレーウ ウスターソース しお こしょう とりがら こしょう みず イカ くきわかめ ごぼう にんじん ごまドレッシング ぎゅうにゅう	コッペパン とりにく はくさい にんじん ほししいたけ りょくとうはるさめ あおねぎ うすくちしょうゆ しお こしょう とりがら とんこつ スープ ぶたにく ビーフン たけのこ にんじん ニラ サラダあぶら ごまあぶら うすくちしょうゆ しお こしょう ジョア(ストロベリー)	せいはいくまい とりにく さつまいも たまねぎ にんじん もやし ごぼう あおねぎ あかみそ しろみそ けずりぶし だしじる だいず とりにく ひじき つきこんにやく にんじん サラダあぶら さとう こいくちしょうゆ みりん けずりぶし だしじる さけフレーク いりごま こいくちしょうゆ さけ サラダあぶら ぎゅうにゅう	せいはいくまい とりにく はくさい にんじん ニラ ワンタンのかわ うすくちしょうゆ しお こしょう とりがら とんこつ スープ どうふ ぶたミンチ にんじん あおねぎ つちしょうが にんにく あかみそ かたくりこ サラダあぶら ごまあぶら さとう こいくちしょうゆ みりん とうぼんじゃん とりがら とんこつ スープ こめこのカップケーキ(イチゴ) ぎゅうにゅう	コッペパン とりにく さけ じゃがいも たまねぎ にんじん パセリ こむぎこ バター サラダあぶら ぎゅうにゅう こなチーズ しお こしょう とりがら スープ ボンレスハム キャベツ ホールコーン にんじん イタリアンドレッシング ぎゅうにゅう	せいはいくまい とりにく とうふ かまぼこ わかめ たけのこ にんじん あおねぎ うすくちしょうゆ しお けずりぶし だしじる ぶたにく たまねぎ キムチ にんじん ニラ にんにく サラダあぶら こいくちしょうゆ とうぼんじゃん しお こしょう ぎゅうにゅう	コッペパン ベーコン じゃがいも カットスパゲティ たまねぎ にんじん セロリ にんにく サラダあぶら トマトピューレ ケチャップ さとう うすくちしょうゆ しお こしょう とりがら スープ クリスピーチキン あげあぶら のむヨーグルト(ココア)	せいはいくまい とりにく じゃがいも だいこん たまねぎ にんじん にんにく つちしょうが さとう こいくちしょうゆ みりん コチュジャン とりがら スープ フランクフルト ホールコーン グリーンアスパラ サラダあぶら しお こしょう かんこくのり ぎゅうにゅう
エネルギー/たんぱく質/脂質	557kcal 21.1g 9.7g	575kcal 28.8g 16.1g	601kcal 23.1g 26.6g	677kcal 20.6g 24.1g	512kcal 22.2g 11.6g	546kcal 23.7g 13.4g	616kcal 25.1g 20.9g	626kcal 24.1g 24.3g	513kcal 25.9g 15.4g	614kcal 22.6g 16.9g	553kcal 22.2g 15.4g

あか・あかいりょうしょくひん...からだ  
赤・赤色の食品...体をつくるもとになるもの

き・きいろいりょうしょくひん...ねつ ちから  
黄・黄色の食品...熱や力になるもの

みどり・みどりいろいりょうしょくひん...からだ ちようし  
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)	たんぱく質(g)	脂質(g)
きじゅんえいりょうりょう 基準栄養量	650	21~33	14~22
こんげつへいきんえいりょうりょう 今月平均栄養量	569	23.2	17.2

# 令和6年度

# 5月



# こんだてひょう

小学校用

熊取町教育委員会

5月

日・曜	20日(月)	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 みそしる つくねだんごのもの ぎゅうにゅう	(は) ごはん とうふいりちゅうかスープ すぶた のむヨーグルト(アソッドミルク)	こがたパン カレーうどん ツナいりにびたし イチゴジャム ぎゅうにゅう	としょきゅうしょく ごはん レタススープ にこみハンバーグ ぎゅうにゅう	ごはん しらたまだんごのすましじる さばのピリからに ふりかけ(いろいろやさしい) ぎゅうにゅう	こがたパン しおラーメン キムチいため チョコクリーム ぎゅうにゅう	(は) いろいろごはん すきやきふうに ちくわのいそべあげ ぎゅうにゅう	しんメニュー こめこパン マカロニスープ ポテトソー ぎゅうにゅう	ねぎしおぶたどん はるさめスープ のむヨーグルト(コアコア)
材料名および 三色栄養	せいはいくまい 黄 とうふ 赤 わかめ 赤 ふ 黄 だいこん 緑 にんじん 緑 あおねぎ 緑 うすくちしょうゆ 赤 しお 赤 こしょう 赤 とりがら 赤 とんこつ 赤 スープ 赤 とりだんご 赤 こんにやく 赤 にんじん 赤 さとう 黄 こいくちしょうゆ 赤 けずりぶし 赤 だしじる 赤 ぎゅうにゅう 赤	せいはいくまい 黄 とりにく 赤 とうふ 赤 はくさい 赤 にんじん 緑 あおねぎ 緑 うすくちしょうゆ 赤 しお 赤 こしょう 赤 とりがら 赤 とんこつ 赤 スープ 赤 ぶたにくかくぎり 赤 つちしょうが 赤 さけ 黄 こいくちしょうゆ 黄 かたくりこ 黄 あげあぶら 黄 たまねぎ 黄 にんじん 緑 ピーマン 緑 かたくりこ 黄 サラダあぶら 黄 さとう 黄 こいくちしょうゆ 黄 ケチャップ 黄 す 黄 とんこつ 黄 とりがら 黄 スープ 黄 のむヨーグルト(アソッドミルク) 赤	こがたパン 黄 うどん 黄 ぶたにく 赤 あぶらあげ 赤 たまねぎ 赤 にんじん 緑 あおねぎ 緑 カレールウ 黄 ケチャップ 黄 こいくちしょうゆ 黄 けずりぶし 赤 だしじる 赤 ツナ 赤 はくさい 赤 にんじん 緑 うすくちしょうゆ 赤 けずりぶし 赤 だしじる 赤 イチゴジャム 黄 ぎゅうにゅう 赤	せいはいくまい 黄 たまご 赤 ベーコン 赤 たまねぎ 赤 レタス 赤 にんじん 緑 うすくちしょうゆ 赤 しお 赤 こしょう 赤 とりがら 赤 スープ 赤 ハンバーグ 赤 さとう 黄 ケチャップ 黄 ウスターソース 黄 みず 赤 ぎゅうにゅう 赤	せいはいくまい 黄 とりにく 赤 とうふ 赤 かまぼこ 赤 しらたまだんご 赤 だいこん 赤 にんじん 緑 あおねぎ 赤 うすくちしょうゆ 赤 しお 赤 けずりぶし 赤 だしじる 赤 さば 赤 つちしょうが 赤 あかみそ 黄 さとう 黄 こいくちしょうゆ 赤 さけ 黄 ごまあぶら 黄 とうばんじゃん 黄 みず 赤 いろいろやさしいふりかけ 赤 ぎゅうにゅう 赤	せいはいくまい 黄 ちゅうかめん 赤 ぶたにく 赤 にんじん 赤 チンゲンサイ 赤 もやし 赤 キャベツ 赤 わかめ 赤 あおねぎ 赤 うすくちしょうゆ 赤 しお 赤 こしょう 赤 とんこつ 赤 とりがら 赤 スープ 赤 とりにく 赤 たまねぎ 赤 キムチ 赤 にんじん 赤 ニラ 赤 にんにく 赤 サラダあぶら 赤 こいくちしょうゆ 赤 しお 赤 こしょう 赤 チョコクリーム 黄 ぎゅうにゅう 赤	せいはいくまい 黄 いろいろごはんのもの 赤 ぶたにく 赤 はくさい 赤 たまねぎ 赤 にんじん 赤 キャベツ 赤 やきどうふ 赤 いとこんにやく 赤 ふ 黄 さとう 黄 こいくちしょうゆ 黄 さけ 黄 けずりぶし 赤 だしじる 赤 ちくわ 赤 こむぎこ 赤 あおさ 赤 あげあぶら 赤 ぎゅうにゅう 赤	こめこパン 黄 とりにく 赤 シェルマカロニ 赤 にんじん 赤 たまねぎ 赤 キャベツ 赤 うすくちしょうゆ 赤 しお 赤 こしょう 赤 とりがら 赤 スープ 赤 ベーコン 赤 じゃがいも 赤 パセリ 赤 サラダあぶら 赤 しお 赤 こしょう 赤 ぎゅうにゅう 赤	せいはいくまい 黄 とりにく 赤 とうふ 赤 りよくとうはるさめ 赤 はくさい 赤 にんじん 赤 ニラ 赤 ほししいたけ 赤 うすくちしょうゆ 赤 しお 赤 こしょう 赤 とりがら 赤 とんこつ 赤 スープ 赤 ぶたにく 赤 もやし 赤 たまねぎ 赤 にんじん 赤 あおねぎ 赤 つちしょうが 赤 にんにく 赤 サラダあぶら 赤 しお 赤 こしょう 赤 さけ 赤 レモンじる 赤 うすくちしょうゆ 赤 ごまあぶら 赤 いりごま 赤 のむヨーグルト(コアコア) 赤
中学年	エネルギー/たんぱく質/脂質 492kcal 22.2g 11.6g	エネルギー/たんぱく質/脂質 565kcal 23.2g 12.8g	エネルギー/たんぱく質/脂質 572kcal 23.0g 19.4g	エネルギー/たんぱく質/脂質 560kcal 22.6g 18.2g	エネルギー/たんぱく質/脂質 635kcal 27.4g 24.0g	エネルギー/たんぱく質/脂質 525kcal 23.0g 20.9g	エネルギー/たんぱく質/脂質 565kcal 23.8g 15.0g	エネルギー/たんぱく質/脂質 547kcal 18.4g 18.4g	エネルギー/たんぱく質/脂質 523kcal 20.6g 10.1g

あか:あかいりょうひん...からだ 赤:赤色の食品...体をつくるものになるもの  
 きまいるりょうひん...ねつ ちから 黄:黄色の食品...熱や力になるもの  
 みどり・みどりいろりょうひん...からだ ちようし 緑:緑色の食品...体の調子をとのえるもの

**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え？

…でもね、ちゃあんといるのよ。今も。あら、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いです。栄養成分については同じエサを食べた場合はほとんど違いがありません。