



# 令和3年5月分 学校給食予定献立表（小学校・中学校）

笠岡市学校給食センター

日付	こ ん だ て め い	お も な ざ い り よ う		
		体をつくるもとになる	体の調子をととのえる	エネルギーのもとになる
6 木	《 端午の節句の献立 》 豆ごはん 牛乳 かつおのしょうがじょうゆかけ しらすあえ 若竹汁 かしわもち	牛乳 かつお しらす干し 豆腐 かまぼこ わかめ	もやし きゅうり にんじん たまねぎ えのきたけ たけのこ ねぎ しょうが アラスカ豆	米 でん粉 米油 三温糖 かしわもち
7 金	チキンライス 牛乳 ツナとチーズのサラダ コンソメスープ	牛乳 若鶏肉 ツナ チーズ ベーコン	たまねぎ にんじん キャベツ マッシュルーム グリンピース きゅうり とうもろこし しめじ パセリ	米 バター じゃがいも
10 月	《 大島中学校希望献立 》 中華風炊き込みごはん 牛乳 焼きぎょうざ ナムル 春雨スープ いちごゼリー	牛乳 焼豚 卵 ぎょうざ 鶏ささみ 豚肉	たまねぎ ピーマン 赤ピーマン キャベツ ほうれんそう 豆もやし にんじん えのきたけ もやし チンゲンサイ	米 米油 ごま ごま油 はるさめ いちごゼリー
11 火	ごはん 牛乳 若鶏肉のから揚げ はりはり漬け 厚揚げのみそ汁	牛乳 若鶏肉 さきいか するめいか 厚揚げ みそ	しょうが にんにく 干しだいこん にんじん こまつな たまねぎ ねぎ えのきたけ	米 でん粉 米油 三温糖
12 水	カレーうどん 牛乳 ごぼうサラダ りんご	牛乳 若鶏肉 油揚げ ハム	たまねぎ にんじん エリンギ ねぎ にんにく ごぼう キャベツ きゅうり とうもろこし りんご	うどん バター 三温糖 ごま油 ごま
13 木	ごはん 牛乳 焼きししゃも 塩昆布あえ かきたま汁	牛乳 ししゃも 塩昆布 かまぼこ 豆腐 卵	キャベツ にんじん こまつな もやし たまねぎ しめじ ねぎ	米 でん粉
14 金	梅ちりごはん 牛乳 新じゃがのそぼろ煮 きぬさやのみそ汁	牛乳 牛肉 豚肉 がんもどき 油揚げ みそ 梅ちりごはんの素	しょうが にんじん たまねぎ さやいんげん だいこん きぬさや えのきたけ ねぎ	米 じゃがいも こんにゃく 三温糖
17 月	豚キムチ丼 牛乳 バンバンジー わかめスープ 冷凍パイ	牛乳 豚肉 鶏ささみ 豆腐 かまぼこ わかめ	はくさい キムチ たまねぎ もやし きゅうり だいこん にんじん えのきたけ ねぎ パイン	米 麦 ごま油
18 火	ごはん 牛乳 若鶏肉とじゃがいものオーロラがらめ 野菜のみそ汁 おかかふりかけ	牛乳 若鶏肉 鶏レバー みそ 油揚げ	しょうが にんじん たまねぎ こまつな だいこん えのきたけ ねぎ	米 でん粉 じゃがいも 米油 三温糖 ふりかけ
19 水	ビーンズサンド 牛乳 野菜サラダ コーンポタージュ レモンムース	牛乳 牛肉 豚肉 大豆 ベーコン 粉チーズ	たまねぎ ピーマン キャベツ きゅうり にんじん とうもろこし マッシュルーム パセリ	パン パン粉 じゃがいも レモンムース
20 木	ごはん 牛乳 あじフライ ソース小袋 千草あえ 赤だし	牛乳 あじフライ いか 豆腐 油揚げ わかめ みそ	キャベツ もやし チンゲンサイ にら にんじん たまねぎ	米 米油 ごま 三温糖 じゃがいも
21 金	ハヤシライス 牛乳 アスパラサラダ ヨーグルト	牛乳 牛肉 脱脂粉乳 鶏ささみ ヨーグルト	にんにく にんじん たまねぎ トマト マッシュルーム グリンピース アスパラガス キャベツ きゅうり とうもろこし	米 麦 じゃがいも バター
24 月	親子丼 牛乳 ごま酢あえ あまなつかん	牛乳 若鶏肉 卵 かまぼこ しらす干し	たまねぎ しめじ にんじん ねぎ きゅうり もやし あまなつかん	米 麦 三温糖 でん粉 ごま
25 火	ごはん 牛乳 ちくわの変わり揚げ おかかあえ 豆腐のみそ汁	牛乳 ちくわ ひじき 青さ粉 粉チーズ 大豆粉 卵 かつお節 豆腐 油揚げ わかめ みそ	キャベツ もやし にんじん たまねぎ えのきたけ ねぎ	米 小麦粉 でん粉 米油 三温糖 じゃがいも
26 水	バターパン 牛乳 ハンバーグのデミグラスソースかけ 粉ふきいも 野菜スープ	牛乳 ハンバーグ 生クリーム ベーコン	マッシュルーム たまねぎ パセリ キャベツ だいこん にんじん しめじ	バターパン バター 三温糖 じゃがいも
27 木	ごはん 牛乳 豚肉のオイスターソース炒め 卵スープ 冷凍みかん	牛乳 豚肉 豆腐 卵 わかめ かまぼこ	エリンギ しめじ キャベツ にんじん にら たまねぎ ねぎ みかん	米 三温糖 ごま油 でん粉
28 金	ごはん 牛乳 さばのもろみ焼き たこときゅうりの酢の物 わかめ汁	牛乳 さば もろみみそ たこ 豆腐 かまぼこ わかめ	きゅうり にんじん たまねぎ えのきたけ ねぎ	米 三温糖 でん粉 ごま
31 月	牛丼 牛乳 五色あえ みしょうかん	牛乳 牛肉 ハム	しょうが にんじん たまねぎ ごぼう えのきたけ ねぎ キャベツ とうもろこし こまつな みしょうかん	米 麦 三温糖 こんにゃく ごま油

☆天候・食材調達の都合上、材料が変更する可能性があります。