



# 令和5年度5月分学校給食予定献立表 (小・中学校)



笠岡市学校給食センター

日付	こんだてめい	体をつくるものになる	体の調子をととのえる	エネルギーのもとになる
1(月)	《 八十八夜の献立 》 ちらしずし 牛乳 春キャベツのおかかあえ つみれ汁 お茶大豆	あなご味付 卵 えび 牛乳 鶏ささみ かつお節 つみれ 豆腐 わかめ みそ お茶大豆	さやいんげん にんじん キャベツ もやし とうもろこし たまねぎ だいこん 葉ねぎ	米 三温糖
2(火)	《 端午の節句の献立 》 ごはん 牛乳 かつおのしょうがじょうゆかけ 五色あえ 若竹汁 かしわもち	牛乳 かつお ハム 豆腐 かまぼこ わかめ	しょうが にんじん キャベツ とうもろこし こまつな たまねぎ えのきたけ たけのこ 葉ねぎ	米 米油 三温糖 かしわもち
8(月)	ハヤシライス 牛乳 海藻サラダ 八女茶ムース	牛肉 脱脂粉乳 牛乳 かまぼこ 昆布 八女茶ムース	にんにく にんじん たまねぎ マッシュルーム グリンピース トマト キャベツ もやし きゅうり とうもろこし	米 麦 じゃがいも バター 三温糖
9(火)	豆ごはん 牛乳 新じゃがいものそぼろ煮 春雨のごま酢あえ	牛乳 牛肉 豚肉 がんもどき しらす干し	アラスカ豆 しょうが にんじん たまねぎ さやいんげん キャベツ きゅうり	米 じゃがいも こんにやく 三温糖 春雨 ごま
10(水)	ごはん 牛乳 ちくわのいそべ揚げ きんぴらごぼう 豆腐のみそ汁	牛乳 ちくわ 青さ 若鶏肉 さつまあげ 茎わかめ 豆腐 油揚げ わかめ みそ	ごぼう にんじん たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ	米 小麦粉 米油 こんにやく ごま油 三温糖 ごま
11(木)	たけのこごはん 牛乳 さばの塩焼き 梅肉あえ わかめ汁	若鶏肉 干しほたて貝柱 油揚げ 昆布 牛乳 さば しらす干し かつお節 豆腐 かまぼこ わかめ	たけのこ にんじん しめじ ほうれんそう キャベツ もやし 梅 たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ	米 三温糖
12(金)	バターパン 牛乳 チキンピーズ ツナとチーズのサラダ オレンジ	牛乳 大豆 若鶏肉 ツナ チーズ	たまねぎ にんじん トマト マッシュルーム えだまめ キャベツ きゅうり オレンジ	バターパン じゃがいも 黒砂糖
15(月)	ごはん 牛乳 豚肉と野菜のオイスターソース炒め とうがんスープ ブルーン	牛乳 豚肉 焼豚	エリンギ しめじ キャベツ たまねぎ にんじん にら とうがん もやし チンゲンサイ ブルーン	米 三温糖 ごま油
16(火)	麦ごはん 牛乳 さわらの西京焼き 酢の物 ゆば入りすまし汁	牛乳 さわら みそ いか わかめ 豆腐 かまぼこ ゆば	きゅうり キャベツ にんじん えのきたけ たまねぎ 葉ねぎ	米 麦 三温糖 春雨 ごま
17(水)	《 新吉中学校 希望献立 》 ソフトめんのみートソースかけ 牛乳 アスパラサラダ いちごレアチーズ	牛肉 豚肉 大豆 牛乳 鶏ささみ いちごレアチーズ	にんじん たまねぎ 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	ソフトめん
18(木)	豚丼 牛乳 野菜のみそ汁 甘夏柑	豚肉 牛乳 油揚げ わかめ みそ	しょうが にんにく たまねぎ エリンギ にら にんじん だいこん キャベツ 葉ねぎ 甘夏柑	米 麦 三温糖 じゃがいも
19(金)	《 世界の料理を知ろう 》 ごはん 牛乳 ヤンニョムチキン ナムル 春雨スープ	牛乳 若鶏肉 豚肉	にんにく キャベツ もやし とうもろこし にんじん たまねぎ えのきたけ チンゲンサイ	米 でん粉 米油 三温糖 ごま油 ごま 春雨
22(月)	カレーピラフ 牛乳 ごぼうサラダ コーンポタージュ	若鶏肉 牛乳 ハム ベーコン チーズ	たまねぎ にんじん とうもろこし マッシュルーム グリンピース ごぼう キャベツ きゅうり しめじ パセリ	米 バター 三温糖 ごま油 ごま
23(火)	ごはん 牛乳 いわしの生姜煮 たくあんあえ 沢煮椀	牛乳 いわしの生姜煮 豚肉 かまぼこ	キャベツ もやし にんじん たくあん たけのこ えのきたけ たまねぎ ごぼう 糸みつば	米 ごま
24(水)	笠岡ラーメン 牛乳 蒸しぎょうざ からしあえ	親鶏肉 牛乳 しらす干し ぎょうざ	しょうが たまねぎ 味付メンマ もやし 葉ねぎ キャベツ きゅうり にんじん チンゲンサイ	中華めん 三温糖
25(木)	ごはん 牛乳 いかのかりんとうがらめ 塩昆布あえ 赤だし	牛乳 いか 塩昆布 豆腐 油揚げ わかめ みそ	しょうが キャベツ にんじん もやし こまつな たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ	米 でん粉 米油 三温糖 ごま
26(金)	《 神内小学校 希望献立 》 ホットドック ケチャップ小袋 (小) ケチャップ&マスタード (中) 牛乳 コーンスープ 冷凍パイ	ウインナー 牛乳 若鶏肉	キャベツ にんじん たまねぎ とうもろこし しめじ パセリ 冷凍パイ	パン じゃがいも
29(月)	そぼろ丼 牛乳 油揚げのみそ汁 みしょうかん	若鶏肉 炒り卵 牛乳 油揚げ みそ	しょうが にんじん さやいんげん たまねぎ だいこん 葉ねぎ みしょうかん	米 麦 三温糖 さつまいも
30(火)	ごはん 牛乳 あじフライ ひじきあえ とりごぼう汁	牛乳 あじフライ しらす干し しそひじき 若鶏肉 油揚げ かまぼこ	キャベツ にんじん もやし ほうれんそう しょうが しめじ たまねぎ ごぼう 葉ねぎ	米 米油
31(水)	ごはん 牛乳 豚肉と野菜のみそ煮 もずくあえ 納豆	牛乳 豚肉 厚揚げ みそ もずく かまぼこ 納豆	だいこん たまねぎ にんじん さやいんげん きゅうり	米 こんにやく じゃがいも 三温糖 ごま