



令和4年 5月

# 学校給食献立表

滑川町教育委員会

日付	献立				食品群			栄養量					
	日曜	スパン	主食	牛乳	おかず	汁物	血や肉を作る	力や体温となる	身体の調子を整える	小エネルギー	小蛋白質	中エネルギー	中蛋白質
2月	○		すめし		《こどものひこんだて》 ちらしずしのぐ かしわもち	わかたけじる	牛乳 鶏肉 豆腐 卵そぼろ 蒲鉾 わかめ 油揚げ	酢飯 砂糖 かしわもち	筍 人参 長葱 干し椎茸 蓮根 枝豆	655	23.0	812	27.9
6日	○		むぎごはん		しんごぼうサラダ (ドレッシング)	エッグカレー	牛乳 豚肉 うすら卵 シュレッドチーズ 脱脂粉乳 豚レバーチップ	麦ご飯 じゃが芋 油 きび砂糖 ドレッシング	にんにく 生姜 人参 玉葱 ごぼう 胡瓜 キャベツ	681	20.5		
9日	○		こどもパン スライス		メンチカツ(ソース) サラダ(サンドよう)	キャロット スープ	牛乳 ベーコン 脱脂粉乳 生クリーム メンチカツ シュレッドチーズ	子供パン 油	玉葱 うらごし人参 パセリ キャベツ 胡瓜	663	24.2	841	29.9
10日			ごはん		にくじゃが さわらのてりやき	さわにわん	牛乳 豚肉 蒲鉾 さわらの照り焼き	白飯 じゃが芋 油 白滝 三温糖	ごぼう 人参 大根 長葱 玉葱 さやいんげん	598	25.2	756	29.1
11日	○		じごなうどん		ちくわのいそべあげ かわちばんかん	さんさいうどん	牛乳 鶏肉 油揚げ 刻み昆布 竹輪 あおさ 小麦粉	地粉うどん 油 きび砂糖	干し椎茸 人参 大根 山菜ミックス水煮 長葱 河内晩柑	645	25.1	776	30.9
12日			ごはん		れんこんのきんぴら かつおのおろしソース	じゃがいもの みそしる	牛乳 豚肉 豆腐 わかめ 味噌 かつお竜田揚げ	白飯 じゃが芋 油 ごま油 蒟蒻 砂糖 ごま きび砂糖 澱粉	長葱 人参 玉葱 蓮根 大根	606	23.1	818	31.7
13日	○		ごはん		ビビンバ アーモンドこざかな	わかめスープ	牛乳 豚肉 豆腐 わかめ なたと アーモンド小魚	白飯 ごま油 ごま 砂糖	生姜 人参 玉葱 長葱 にんにく もやし 小松菜	636	25.8	804	31.2
16日	○		小・やまがたしよくパン 中・しよくパン		コールスローサラダ (ドレッシング) いちごジャム	コーンチャウダー	牛乳 鶏肉 ベーコン 脱脂粉乳	山型食パン 食パン バター ドレッシング じゃが芋 いちごジャム	玉葱 人参 コーン うらごしコーン グリーンピース キャベツ	598	23.5	742	28.6
17日	○		ごはん		やさしいソテー いわしカレーチーズフライ (ソース)	ミネストローネ	牛乳 豚肉 ベーコン いわしカレーチーズフライ	白飯 じゃが芋 油 マカロニ ごま油 オリーブ油	にんにく 人参 玉葱 セロリー パセリ コーン カットトマト キャベツ もやし	640	23.5	803	27.1
18日					ふれあい弁当の日								
19日			わかめごはん		《ならけんのきょうどりょうり》 ならあえ わらびもち	あすかなべ	牛乳 鶏肉 豆腐 味噌 油揚げ	わかめご飯 油 蒟蒻 砂糖 ごま わらび餅	人参 ごぼう 小松菜 えのきたけ 長葱 生姜 大根 干し椎茸 奈良漬	627	22.2	787	27.0
20日			ごはん		はるキャベツのおひたし (しょうゆ・かつおパック) ユーリンチー のりふりかけ	こんさいの ごまじる	牛乳 豆腐 味噌 鶏の竜田揚げ かつお削り のりふりかけ	白飯 じゃが芋 油 ごま ごま油 きび砂糖	人参 ごぼう 大根 長葱 小松菜 もやし 春キャベツ にんにく 生姜	662	23.2	803	26.3
23日	○		バターコッペパン		あげそば きりぼしだいこんのサラダ (ドレッシング)		コーヒー牛乳 豚肉 豚レバーチップ あおのり	バターコッペパン 蒸し中華麺 油 ドレッシング	人参 キャベツ もやし 玉葱 胡瓜 切干大根	696	21.6	897	27.0
24日	○		ごはん		とうふとえびのチリソース あげぎょうざ		牛乳 豚肉 豆腐 むきえび 餃子	白飯 きび砂糖 油 ごま油 澱粉	人参 玉葱 長葱 にんにく 生姜 筍 干し椎茸 グリーンピース	668	26.3	829	31.7
25日	○		じごなうどん		小・こもちししゃもいそべフライ 中・ポテトコロケ メロン	にくじる うどん	牛乳 豚肉 油揚げ 子持ちししゃも磯辺フライ	地粉うどん 油 きび砂糖 ポテトコロケ	生姜 人参 大根 長葱 小松菜 メロン	666	25.9	824	29.3
26日	○		ごはん		みそそぼろごはん	はるさめ スープ	牛乳 豚肉 鶏肉 豆腐 卵そぼろ 味噌	白飯 春雨 ごま油 砂糖 油	人参 玉葱 いら キャベツ 生姜 枝豆	601	23.9	770	29.6
27日	○		むぎごはん		アスパラガスのサラダ (マヨネーズ)	ハヤシライス	牛乳 豚肉 脱脂粉乳	麦ご飯 油 マヨネーズ	玉葱 人参 セロリー マッシュルーム水煮 胡瓜 アスパラガス コーン キャベツ カットトマト にんにく	667	21.3	869	25.9
30日	○		ドライカレー		カラフルサラダ (ドレッシング) フライドポテト	ドリアふう ホワイトソース	牛乳 鶏肉 脱脂粉乳 生クリーム シュレッドチーズ	ドライカレー 油 バター フライドポテト ドレッシング	人参 玉葱 コーン フロッキー 赤ピーマン キャベツ 胡瓜	719	23.0	932	28.4
31日	○		ごはん		ごもくごはんのぐ あじのこうみソース	とうふの みそしる	牛乳 鶏肉 豆腐 油揚げ わかめ 味噌 あじフィレ澱粉	白飯 油 砂糖 ごま油 蒟蒻	人参 玉葱 長葱 ごぼう 蓮根 枝豆 にんにく 生姜	655	29.5	847	35.5
小・18回 中・17回								平均栄養量		649	23.9	818	29.2
※材料入荷の都合により献立を一部変更することがあります。								栄養基準量		650	18~32	830	25~40

## 11日 河内晩柑(かわちばんかん)

春から初夏が旬のかんきつの果物です。見た目が似ていることから「和製グレープフルーツ」とも呼ばれます。苦味が少なく、さっぱりとした味わいです。



## 19日 奈良県の郷土料理献立

奈良和え(ならあえ)...

乾物やにんじん、こんにやくを煮て、細かく刻んだ奈良漬を和えた料理です。奈良県は、昔から酒づくりが盛んでした。酒づくりでできる酒かすを使って野菜や果物を漬けたのが奈良漬です。

飛鳥鍋(あすかなべ)...

野菜や鶏肉を白みそと牛乳で煮込んだまろやかな味の鍋です。今から約1300年前、飛鳥時代に中国から牛乳が伝わり、当時の天皇をはじめ宮中でも食べられていたと言われていました。

## 滑川町給食費無償化事業について

滑川町では、子育て支援事業として平成23年度より給食費の無償化を実施しております。本年度も、町民の方々のご理解のもと、今年度も継続されることとなりました。この給食費は、町の税金で賄われており、町民全体で子どもたちの給食を支えていることとなります。給食費の無償化を通して、食事の意味やありがたさについて、改めて考えてみてはいかがでしょうか？



滑川町給食センター