

令和元年 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	スプーン	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	
7	火	小・わかめごはん 中・ごはん		ごもくまめ 小・ししゃもフリッター 中・ししゃものいそべフリッター	こまつなのみそしる	牛乳 豆腐 油揚げ 大豆 味噌 竹輪 豚肉 凍り豆腐 子持ちししゃもフリッター ししゃもの磯辺フリッター	わかめご飯 白飯 油 蒟蒻 きび砂糖	小松菜 人参 長葱 ごぼう 干し椎茸	623	24.7	833	32.1	
8	水	ホット ちゅうか めん		小・にらまんじゅう 中・てつなベギョーザ かわちばんかん	みそバター ラーメン	牛乳 豚肉 味噌 バター 鉄鍋餃子 にらまんじゅう	ホット中華麺 きび砂糖	生姜 にんにく キャベツ もやし 人参 玉葱 コーン にら 長葱 河内晩柑	643	26.2	770	30.2	
9	木	ごはん		ナムル(ドレッシング) にくだんごのあますあんかけ のりふりかけ	ちんげんさい とあつあげ のスープ	牛乳 厚揚げ 鶏肉 肉団子 のりふりかけ	白飯 ごま油 きび砂糖 澱粉 韓国ナムルドレッシング	チンゲン菜 キャベツ 筍 もやし 胡瓜 小松菜 人参	602	26.4	789	33.9	
10	金	こどもパン スライス		さけチーズフライ(ソース) サンドようサラダ	マカロニの クリームに	牛乳 鶏肉 生クリーム 脱脂粉乳 シュレッドチーズ 鮭チーズフライ	こどもパン 油 マカロニ	キャベツ 胡瓜 玉葱 人参 コーン パセリ	672	30.0	821	35.6	
13	月	ごはん		きりぼしだいこんのもの あじのかばやき おこげ	おこげ スープ	牛乳 豚肉 なたと 鶏肉 凍り豆腐 油揚げ あじフィレ 澱粉	白飯 ごま油 澱粉 おこげ 油 砂糖	人参 長葱 キャベツ 筍 切干大根 さやいんげん	686	25.6	834	29.6	
14	火	ごはん		こもくめしのぐ あつやきたまご れいわおいわいだんご	わかたけじる	牛乳 豆腐 わかめ 蒲鉾 鶏肉 油揚げ 厚焼き玉子	白飯 油 蒟蒻 砂糖 お祝い紅白団子	筍 人参 長葱 ごぼう れんこん 枝豆	668	26.3	827	32.0	
15	水			☆ふれあいべんとうのひ☆									
16	木	ごはん		あぶらみそどん 小・しゅうまい 中・ちきんちぎりあげ	みぞれじる	牛乳 鶏肉 豚肉 味噌 ポークしゅうまい チキンちぎりあげ	白飯 澱粉 油 砂糖	人参 ごぼう 長葱 小松菜 生姜 大根 玉葱 茄子 ビーマン	646	26.1	875	35.4	
17	金	小・むぎごはん 中・ごはん		ごぼうサラダ(ドレッシング) 中・オムレツ	カレー	牛乳 豚肉 シュレッドチーズ 脱脂粉乳 プレーンオムレツ	麦ごはん 白飯 油 じゃが芋 きび砂糖 ソイドレッシング	人参 玉葱 生姜 にんにく ごぼう キャベツ 胡瓜	651	19.4	869	27.5	
20	月	ごはん		《しょくいくのひ：マダガスカル のりょうり》 ラサリ・カロティックにんじんの サラダ(ドレッシング) かぼちゃコロッケ	ロマザバ (マダガスカル スープ)	牛乳 豚肉 南瓜コロッケ	白飯 油 クリーム・フレンチドレッシング	生姜 人参 玉葱 カットトマト 小松菜 キャベツ コーン 胡瓜	620	19.7	825	23.9	
21	火	ごはん		ひじきのオイスターソースいた めかつおのにつけ 中・カルシウムウエハース	かぼちゃの みそしる	牛乳 豆腐 油揚げ 味噌 ひじき 豚肉 かつお煮付け	白飯 蒟蒻 油 きび砂糖 カルシウムウエハース	人参 大根 にんにく 南瓜 ごぼう ビーマン 玉葱 小松菜 筍 生姜	602	28.6	794	33.4	
22	水	ホット ちゅうか めん		あげじゃがのそぼろあえ メロン	スタミナ ラーメン	牛乳 蒲鉾 豚肉	ホット中華麺 油 きび砂糖 ごま油 澱粉 ナチュラルカットポテト	にんにく 生姜 長葱 キャベツ 人参 にら もやし チンゲン菜 メロン	721	26.4	846	30.7	
23	木	むぎごはん		ドライカレー	ジュリエヌ スープ	牛乳 ベーコン 豚肉 レバーそぼろ 大豆 シュレッドチーズ	麦ごはん じゃがいも 油 パン粉	玉葱 人参 キャベツ パセリ にんにく 枝豆 生姜 コーン	647	25.7	844	32.5	
24	金	くろパン		ブロッコリーサラダ(ドレッシング) 小・チキンのオープン焼き 中・ビッグにくだんご	じゃがいもの ポターージュ	コーヒートピツ 牛乳 ベーコン 脱脂粉乳 生クリーム シュレッドチーズ ビッグ肉団子 チキンのオープン焼き	黒パン じゃがいも じゃがいもペースト 具沢山玉葱ドレッシング	玉葱 パセリ ブロッコリー 人参 胡瓜 キャベツ	673	26.7	872	29.5	
27	月	小・むぎごはん 中・ごはん		アスパラガスのサラダ (ドレッシング)	ハヤシライス	牛乳 豚肉 脱脂粉乳	麦ごはん 白飯 油 コーンクリームドレッシング	玉葱 人参 セロリー 赤ビーマン カットトマト にんにく コーン アスパラガス キャベツ 胡瓜	663	21.4	817	25.3	
28	火	ごはん		ごもくきんぴら 小・ビーマンにくづめフライ(ソース) 中・キャベツメンチカツ(ソース)	とうふと わかめのスープ	牛乳 豆腐 わかめ なたと さつま揚げ 豚肉 キャベツメンチカツ ビーマン肉詰めフライ	白飯 ごま 春雨 澱粉 ごま油 砂糖 油	コーン ごぼう 人参 れんこん	663	22.5	907	26.8	
29	水	小・ツイストパン 中・チーズパン		あげそば さくさくサラダ(ドレッシング)		牛乳 豚肉 レバーそぼろ 青のり	ツイストパン チーズパン 蒸し中華麺 油 ごま パンパンジードレッシング	人参 キャベツ もやし 玉葱 胡瓜 れんこん 枝豆	699	23.7	900	32.2	
30	木	ごはん		おろしやきにく ヨーグルト	キャベツの みそしる	牛乳 油揚げ 味噌 豚肉 コアヨーグルト クラシックヨーグルト	白飯 じゃがいも 白滝 油 砂糖	人参 キャベツ 長葱 玉葱 ビーマン りんごピューレ にんにく 大根 生姜	682	26.8	854	32.0	
31	金	ごはん		とうふのちゅうかに あげざかなのチリソース		牛乳 豚肉 豆腐 なたと 味噌 ソフトかわい澱粉付 たら澱粉付	白飯 油 砂糖 澱粉 ごま油	玉葱 人参 小松菜 にんにく 生姜 長葱	673	28.5	859	33.4	
18回						平均栄養量			657	25.3	841	30.9	
※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	