


22日(月)			23日(火)			24日(水)			25日(木)			26日(金)			29日(月)		
献立名	数量	栄養三色	献立名	数量	栄養三色	献立名	数量	栄養三色	献立名	数量	栄養三色	献立名	数量	栄養三色	献立名	数量	栄養三色
しろごはん こめ★	80	き	パン パン★	50	き	しろごはん こめ★	80	き	パン パン★	50	き	しろごはん こめ★	80	き	しろごはん こめ★	80	き
ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	206	あか	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	206	あか	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	206	あか	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	206	あか	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	206	あか	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	206	あか
あつやきたまご あつやきたまご	50	あか	さけフライ さけフライ	50	あか	あかうおのみりんやき あかうおのみりんやき	40	あか	ジャージャーめん スパゲティ	28	き	いかてんのなんばんづけ いかてんぶら	40	あか	ダッカルビ とりにく	30	あか
にらごまあえ にら	10	みどり	アスパラのソテー グリーンアスパラガス	30	みどり	きんぴらごぼう ごぼう	40	みどり	ぶたひきにく たまねぎ	20	あか	あぶら す	4	き	トッポギ キャベツ	25	き
キャベツ うすくちしょうゆ★ すりごま さとう	40 1.8 1 0.3	みどり き	ベーコン キャベツ あぶら コンソメ しお こしょう	5 10 0.5 0.3 0.05 0.01	あか みどり き	さやいんげん こんにゃく★ にんじん さやいんげん こいくちしょうゆ★ さとう りょうりしゅ あぶら	8 8 8 5 2 1.5 0.3 0.3	き き みどり みどり き	たけのこ にら にんじん ほししいたけ にんにく つちしょうが あかみそ でんぷん こいくちしょうゆ★ ちゅうかスープ★ りょうりしゅ あぶら	10 8 10 7 1 0.5 0.5 7 1 1 0.5	あか みどり みどり みどり みどり みどり あか き	さとう こいくちしょうゆ★ みりん だしパック あぶら	3 2 0.5 0.5	き き	にら にんにく つちしょうが こいくちしょうゆ★ さとう りょうりしゅ ごまあぶら あぶら コチジャン	10 0.3 0.3 2 2 1 0.5 0.3 0.1	みどり みどり みどり き き
ぶたじゃが ぶたにく たまねぎ じゃがいも いとこんにゃく★ にんじん さやいんげん こいくちしょうゆ★ みりん さとう だしのもと りょうりしゅ あぶら	20 60 55 20 20 8 3 1.5 1.5 0.3 0.5 0.3	あか みどり き き みどり みどり き	コーンクリームスープ とりにく たまねぎ クリームコーンかん じゃがいも にんじん コーン こまつな ぎゅうにゅう スキムミルク こめこ★ コンソメ あぶら こしょう	15 50 40 25 8 7 8 20 3 2 0.3 0.02	あか みどり みどり き みどり みどり あか あか き	ざわにわん ぶたにく だいこん たまねぎ しほねぎ たけのこ ほししいたけ あおねぎ★ だしパック うすくちしょうゆ★ りょうりしゅ みりん あぶら	20 30 30 7 6 1 5 1 3 1 1 0.3	あか みどり みどり みどり みどり みどり みどり き	あんにとろろ みかんシロップづけ パインシロップづけ とうにゅうゼリー	20 15 25	みどり みどり き	あかだし とうふ たまねぎ だいこん えのきたけ なめこ あおねぎ★ みそ あかみそ だしパック	25 25 20 10 5 5 3.8 4 0.8	あか みどり みどり みどり みどり みどり あか あか	わかめスープ かんそうわかめ ベーコン とうふ だいこん えのきたけ にんじん あおねぎ★ ちゅうかスープ★ うすくちしょうゆ★ あぶら こしょう	0.8 8 25 25 7 6 5 1 0.5 0.2 0.01	あか あか あか みどり みどり みどり みどり き

30日(火)			31日(水)		
献立名	数量	栄養三色	献立名	数量	栄養三色
たけのごはん アルファかまい もちごめ たけのこ にんじん とりにく うすくちしょうゆ★ みりん だしパック あぶら	55 5 15 7 20 2 0.4 0.7 0.3	き き みどり みどり あか あか き	しろごはん こめ★ ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう スタミナなっとう とりひきにく ひきわりなっとう にら つちしょうが にんにく ごまあぶら こいくちしょうゆ★ さとう りょうりしゅ いちみどうがらし	80 206 25 16 5 1.2 1.2 2 2.3 0.6 1 0.01	き あか あか あか みどり みどり き き
ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	206 206	あか あか	じゃこピーマン ピーマン ちりめんじゃこ きりぼしだいこん みりん うすくちしょうゆ★ さとう りょうりしゅ あぶら	15 7 2 1 0.8 0.6 0.5 0.2	みどり あか あか みどり き き
さわらのたつたあげ さわらのたつたあげ あぶら	40 4	あか き	かきたまじる たまご★ とうふ たまねぎ えのきたけ あおねぎ★ だしパック うすくちしょうゆ★ みりん でんぷん	25 25 30 10 5 1 3 1.2 2	あか あか みどり みどり みどり き
ぶたじる ぶたにく あぶらあげ★ だいこん はくさい しめじ あおねぎ★ みそ だしパック あぶら	18 6 25 25 10 5 7.5 0.7 0.3	あか あか みどり みどり みどり みどり あか き			

なつ ちか はちじゅうはちや
夏も近づく八十八夜

はちじゅうはちや りっしゅん かぞ にちめ
八十八夜というのは、立春から数えて88日目のこと
をいいます。今年、5月2日になります。茶つみの歌に
もあるように新茶の香り高い季節になります。

きゅうしよく がつ にち やまとちゃ どうじょう
給食では、5月19日に「ちくわの大和茶あげ」が登場します。

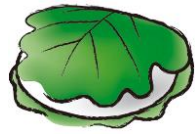


がつつか たんご せっく かしわ
5月5日 端午の節句と「柏もち」

たんご せっく かしわ た
端午の節句には、「柏もち」や「ちまき」が食べられます。

かしわ つつ かしわ ほ しんめ で かぎ ふる は お
柏もちを包む柏の葉は、新芽が出ない限り古い葉が落ちないといわれ、その
ことから「家系が絶えない」「子孫繁栄」と縁起をかついで端午の節句に食べる
ようになりました。

きゅうしよく かしわ がつつか
給食では、「柏もち」を5月2日につけています。



ならひ 奈良の日

わたし じもと ならけん つく しょうがい た
私たちの地元、奈良県で作られている食材を食べよう!

がつ にち きん しょうかい
5月19日(金)のメニューを紹介します。

- しろごはん…奈良県産の「ヒノヒカリ」を使っています。
- ぎゅうにゅう
- ちくわの大和茶あげ…奈良県産の「大和茶粉末」と「米粉」を衣に使います。
- れんこんのピリツと炒め…奈良県で製造された「こんにゃく」を使います。
- なすの味噌汁…奈良県産の「青ねぎ」、大豆を使った「豆腐」、奈良県で製造された「油揚げ」、広陵町産の「なす」を使います。

