

5月分予定献立表(Aコース)

(給食回数19回)



平成28年度

久喜市教育委員会
全農食品久喜事業所

日付 (曜日)	こんだて 献立			血・肉・骨となるもの (あか)	熱や力となるもの (きいろ)	体の調子を整えるもの (みどり)	熱量(Kcal) たんぱく質(g)		
	主食	飲物	おかず				小学生	中学生	
2日 (月)	筍ごはん	牛乳	鯉の竜田おろしあん キャベツのお浸し(しょうゆ・削り節) 山菜汁 柏餅	牛乳、鶏肉、油揚げ、鯉 豆腐、みそ	米、三温糖、油 柏餅	筍、人参、こんにゃく、大根、葉ねぎ キャベツ、もやし、ほうれんそう、パプリカ 山菜、ごぼう、人参、ねぎ、椎茸	701 30.1	822 34.1	
6日 (金)	ごはん	牛乳	ブルコギ 野菜のナムル(韓国ナムルドレッシング) 韓国風スープ	牛乳、豚肉、コチジャン ワカメ、豆腐	米、三温糖、ごま油 ドレッシング 春雨、でん粉、ごま、ごま油	玉ねぎ、人参、にら、りんご、生姜、ニンニク もやし、キャベツ、ほうれんそう、人参 とうもろこし、人参	686 27.8	831 32.4	
9日 (月)	ごはん	牛乳	さばの塩焼き じゃが芋とひじきの煮物 みそ汁	牛乳、さば 鶏肉、ひじき 油揚げ、みそ	米 油、じゃが芋、三温糖	玉ねぎ、枝豆、人参 大根、小松菜、えのきだけ、ねぎ	670 28.3	816 33.3	
10日 (火)	ドックパン	牛乳	フランクフルトの鉄板焼き(トマトケチャップ) やきそば おかひじきの中華スープ	牛乳、豚肉、 豚肉、あおさ粉	パン、油、砂糖 中華麺 中華スープの素、ごま油	キャベツ、玉ねぎ、人参、ピーマン おかひじき、もやし、大根、とうもろこし、ねぎ、人参、椎茸	752 28.3	935 34.4	
11日 (水)	ゆでうどん	牛乳	伊勢うどん かき揚げ 枝豆サラダ(ごまドレッシング) あまなつゼリー	牛乳かまぼこ、油揚げ、昆布 いかなご	うどん、三温糖 小麦粉、油 ドレッシング、ゼリー	ねぎ、筍、椎茸 玉ねぎ、人参、ごぼう、春菊 キャベツ、枝豆、小松菜、人参、なつみかん	751 29.2	930 40.6	
12日 (木)	ごはん	牛乳	チキン南蛮(タルタルソース) ミニがんもどき大根の含め煮 みそ汁	牛乳、鶏肉 がんも 油揚げ、みそ	米、でん粉、油、三温糖、タルタルソース 三温糖 じゃがいも	大根、人参、こんにゃく、椎茸 小松菜、玉ねぎ、ねぎ	762 28.9	916 34.3	
13日 (金)	ごはん	牛乳	白身魚の味噌マヨネーズ焼き 山菜きんぴら 若竹汁 中>バナナコッタ	牛乳、ホキ、みそ 鶏肉 ワカメ、豆腐、昆布	米、マヨネーズ、油、三温糖 油、三温糖、ごま油 でん粉、中>バナナコッタ	玉ねぎ、人参、マッシュルーム、パセリ 山菜、こんにゃく、人参、枝豆 筍、大根、ほうれん草、えのきだけ	663 25.5	929 31.7	
16日 (月)	ごはん	牛乳	メンチかつ(ソース) 切干大根のサラダ(和風玉ねぎドレッシング) 大根のみそ汁	牛乳、鶏肉、鶏レバー 昆布 豆腐、ワカメ、油揚げ、みそ	米、パン粉、小麦粉、でん粉、油 ドレッシング	玉ねぎ 切干大根、きゃべつ、人参、きゅうり 大根、ねぎ、ほうれん草、かいわれ大根	701 24.8	895 30.6	
17日 (火)	山型食パン (メープルジャム)	牛乳	ブルーティン サラダ(フレンチドレッシング) サーモンチャウダー	牛乳、チーズ 鮭、ベシャメルソース、脱脂粉乳、生クリーム、牛乳	パン、メープルゼリー、じゃが芋、油、三温糖、バター ドレッシング 油	キャベツ、きゅうり、人参、パプリカ 玉ねぎ、人参、とうもろこし、しめじ、マッシュルーム、パセリ	768 28.8	969 36.6	
18日 (水)	中華めん	牛乳	わかめラーメン えび焼売(しょうゆ) 野菜の中華炒め 中>アセロラゼリーFe	牛乳、豚肉、ワカメ タラ、エビ	中華麺、油、ごま油 でん粉、砂糖、エビ油、小麦粉 ごま、中華スープの素、ゼリー	玉ねぎ、ねぎ キャベツ、玉ねぎ、人参、筍、にら、きくらげ、アセロラ、りんご	655 27.2	812 31.2	
19日 (木)	ごはん	牛乳	あじの有馬焼き 新じゃが芋のそぼろ煮 みそ汁	牛乳、アジ 鶏肉 油揚げ、みそ	米 じゃが芋、油、三温糖 油	人参、玉ねぎ、こんにゃく、グリーンピース 大根、小松菜、えのきだけ、ねぎ	630 27.0	786 32.0	
20日 (金)	ごはん	牛乳	チキンカレーライス イカリングフライ(ソース) サラダ(ソイドレッシング)	牛乳、鶏肉、脱脂粉乳 イカ	米、じゃが芋、カレールー パン粉、小麦粉、油 ドレッシング	玉ねぎ、人参、りんご、ニンニク、生姜 キャベツ、もやし、とうもろこし、人参、きゅうり	769 25.9	981 33.5	
23日 (月)	ごはん	牛乳	かじきのソテー香味ソース チンジャオロース 春雨スープ	牛乳、かじき、豆板醤 豚肉	米、オリーブオイル、油、三温糖、ごま油 じゃが芋、三温糖、中華スープの素、でん粉、ごま油 春雨、でん粉	たまねぎ、葉ねぎ、生姜、ニンニク 人参、人参、ピーマン、生姜 玉ねぎ、とうもろこし、チンゲン菜、椎茸	717 27.8	856 31.0	
24日 (火)	バーガーパン	牛乳	ハーブチキン アスパラとコンソンのサラダ(イタリアンドレッシング) レタスのスープ	牛乳、鶏肉 鶏卵、豆腐	パン、オリーブオイル ドレッシング でん粉	ニンニク、バジル、ローズマリー キャベツ、とうもろこし、きゅうり、人参、アスパラガス レタス、人参、筍	613 29.4	763 34.0	
25日 (水)	ゆでうどん	牛乳	きつねうどん 笹かまの緑茶揚げ 大根とツナの和風和え(和風玉ねぎドレッシング)	牛乳、油揚げ、豚肉、かまぼこ、ワカメ タラ ツナ	うどん、三温糖、油 でん粉、砂糖、小麦粉、油 ごま、ドレッシング	ねぎ、ほうれん草、えのきだけ、椎茸 茶 大根、小松菜、人参、きゅうり	700 29.7	846 36.0	
26日 (木)	ごはん	牛乳	そぼろごはん みそ田楽 磯香和え(しょうゆ・刻みのり)	牛乳、鶏肉、鶏卵 みそ のり	米、油、三温糖 三温糖、でん粉、ごま	玉ねぎ、筍、枝豆、ねぎ、椎茸 こんにゃく もやし、小松菜、キャベツ、人参、しめじ、蓮根	668 27.6	813 32.3	
27日 (金)	ごはん	牛乳	コロツケ(ソース) 筍の土佐煮 なめこ汁 ヨーグルト	牛乳 ちくわ 豆腐、ワカメ、みそ、ヨーグルト	米、じゃが芋、パン粉、小麦粉、油 三温糖	たまねぎ 筍、こんにゃく、蓮根、人参 なめこ、大根、ねぎ	701 23.0	850 26.9	
30日 (月)	ごはん	牛乳	ハムかつ(ソース) 野菜と筍わかめの和え物(青じそドレッシング) 豚汁 中>アーモンドフィッシュ	ハム 筍ワカメ 豚肉、豆腐、みそ 中>いわし	米、油、でん粉、パン粉、砂糖 ドレッシング 油、里芋 中>アーモンド	キャベツ、ほうれん草、人参 ごぼう、こんにゃく、人参、大根、ねぎ	689 23.3	884 30.6	
31日 (火)	食パン (オレンジジャム)	牛乳	サーモンムニエル 海藻サラダ(和風ごまドレッシング) ピシソワーズ	牛乳、鮭 海藻 ベシャメルソース、脱脂粉乳、生クリーム、牛乳	パン、ジャム、バター、ごま、小麦粉 ドレッシング じゃが芋、バター	みかん もやし、キャベツ、人参、きゅうり たまねぎ、ねぎ、パセリ	653 28.9	845 36.7	
◆印は「新メニュー」です ★印は「カミカミ献立」です							5月平均栄養摂取量	697 27.4	867 33.3

平成28年度 学校給食使用食材の産地 (久喜地区小中学校給食)

5月 予定		産地		産地		産地		産地		産地	
主食	米	埼玉(久喜市産米)	厚揚げ	静岡	小松菜	久喜	アスパラガス	長野	スイートバジル	愛知、千葉	
	パン	埼玉、アメリカ、カナダ	煮干し	千葉、茨城	きゅうり	久喜	むき枝豆	タイ	かいわれ大根	埼玉	
	麺	埼玉、アメリカ、カナダ	あじのい切り身	ニュージーランド	大根	茨城、久喜	キャベツ	茨城、久喜	チンゲンサイ	茨城	
牛乳	牛乳	埼玉、栃木、北海道など	かじき切り身	太平洋	長ねぎ	久喜	おろししょうが	鹿児島、高知	えのき	長野	
			さけ角切り	北海道、岩手	にら	栃木、茨城	おろしにんにく	青森	しめじ	長野	
			さばの切り身	北海道、岩手	にんじん	茨城	ホールコーン	米国	マッシュルーム	茨城	
			さばの切り身	ノルウェー	ゴボウ	茨城、青森	れんこん	徳島、茨城			
卵	卵	青森	むきあさり	熊本	ピーマン	茨城	ほうれんそう	茨城	きくらげ	熊本	
			ほきの切り身	ニュージーランド	パプリカ	韓国、ニュージーランド	レタス	長野	ほししいたけ	宮崎、大分	
			イカリングフライ	宮城	パセリ	千葉、茨城	ローズマリー	千葉、愛知、沖縄、福島	カットわかめ	韓国	
			かつお竜田揚げ	焼津、気仙沼	筍	愛媛、香川他	じゃがいも	北海道、長崎	ひじき	韓国	
肉類	肉類	青森、岩手、宮城、鹿児島、宮崎、千葉			玉ねぎ	北海道	さといも	宮崎	切干大根	宮崎	
					もやし	栃木	おかひじき	山形			

※諸般の事情により、材料や献立を変更する場合があります

