

5月分予定献立表(Bコース)

(給食回数20回)



久喜市教育委員会
全農食品久喜事業所

平成29年度

日付 (曜日)	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		
1日 (月)	中華めん	牛乳	とんこつラーメン タコ焼き(ソース) サラダ(中華ドレッシング)	牛乳、豚肉、かまぼこ、みそ たこ 昆布	中華麺、油、ごま 小麦粉、油、砂糖 ドレッシング	もやし、きくらげ、ねぎ、にんにく、生姜 キャベツ、ねぎ 小松菜、キャベツ、人参	751 25.7	878 29.4		
○ 2日 (火)	筍ごはん	牛乳	鯉の竜田おろしあん 磯香和え(しょうゆ・刻みのり) 山菜汁 柏餅	牛乳、鶏肉、油揚げ、鰹 のり 豆腐、みそ	米、三温糖、油、でん粉 柏餅	筍、人参、こんにやく、大根、葉ねぎ、生姜 キャベツ、もやし、小松菜、人参、蓮根 山菜、人参、ねぎ、椎茸	701 30.1	822 34.1		
8日 (月)	ソフトめん	牛乳	ミートソース ハッシュポテト こんにやくサラダ(和風玉ねぎドレッシング)	牛乳、豚肉、脱脂粉乳	ソフトめん、油、三温糖、でん粉 じゃが芋、上新粉、油 ドレッシング	にんにく、玉ねぎ、ピーマン、人参、トマトピューレ 玉ねぎ こんにやく、キャベツ、人参、きゅうり、もやし	751 29.2	930 40.6		
○ 9日 (火)	麦ごはん	牛乳	ビビンバ 野菜のナムル インゲン豆のスープ	牛乳、豚肉、甜面醬 ウインナー	麦、米、油、三温糖、ごま、ごま油 油、インゲン豆	たまねぎ、ぜんまい、人参、にら、りんご、生姜 ほうれん草、キャベツ、大根、もやし、人参 人参、キャベツ、とうもろこし、パセリ	762 28.9	916 34.3		
10日 (水)	ごはん	牛乳	肉団子の甘酢あん ★切干大根の含め煮 じゃがいものみそ汁	牛乳、鶏肉 鶏肉、油揚げ ワカメ、みそ	米、パン粉、油、でん粉 油、三温糖 じゃがいも	玉ねぎ 切干大根、もやし、人参、こんにやく 舞茸、人参、小松菜、ねぎ	670 28.3	816 33.3		
11日 (木)	ドックパン	牛乳	スパニッシュオムレツ(ケチャップ) やきそば おかひじきの中華スープ	牛乳、卵、チーズ、ベーコン 豚肉、あおさ	パン、じゃが芋、砂糖、でん粉、油 蒸し中華麺 ごま油	玉ねぎ キャベツ、玉ねぎ、人参、ピーマン おかひじき、もやし、大根、青梗菜、とうもろこし、ねぎ	752 28.3	935 34.4		
12日 (金)	ごはん	牛乳	コロケ(ソース) いかとキャベツの和風和え(和風ドレッシング) 豚汁 フルーツヨーグルト	牛乳 イカ 豚肉、豆腐、みそ ヨーグルト	米、油、パン粉、小麦粉、米粉、じゃが芋 ドレッシング 里芋	玉ねぎ キャベツ、もやし、人参、きゅうり、パプリカ ごぼう、こんにやく、人参、大根、ねぎ	769 25.9	981 33.5		
15日 (月)	ゆでうどん	牛乳	山菜うどん かきあげ 枝豆のサラダ(柑橘風味ドレッシング)	牛乳、鶏肉、かまぼこ、油揚げ いかなご	うどん、三温糖、油 小麦粉、油 ドレッシング	山菜、筍、ごぼう、人参、椎茸、ねぎ 玉ねぎ、にんじん、ごぼう、しゆんぎく キャベツ、人参、もやし、枝豆	655 27.2	812 31.2		
○ 16日 (火)	ごはん	牛乳	★チーズさきみフライ(ソース) タコ入りポテトサラダ(マヨネーズ) 豆腐の黒酢風味スープ みかんゼリー	牛乳、鶏肉、チーズ たこ、牛乳 豆腐	米、油、パン粉、小麦粉、米粉、でん粉 じゃが芋、オリーブ油、マヨネーズ ごま油 ゼリー	人参、枝豆 玉ねぎ、筍、人参、青梗菜、ねぎ、椎茸	630 27.0	786 32.0		
17日 (水)	ごはん	牛乳	あじの有馬焼き 筍の土佐煮 なめこ汁 冷凍パイン	牛乳、まあじ ちくわ 豆腐、ワカメ、みそ	米、 三温糖	筍、人参、蓮根、コンニャク なめこ、大根、ねぎ パイン	701 24.8	895 30.6		
18日 (木)	バーガー パン	牛乳	ハンバーグのバーベキューソース カラフルサラダ(サウザンドドレッシング) クラムチャウダー	牛乳、鶏肉、豚肉 あさり、ベーコン、脱脂粉乳	パン、油、三温糖、でん粉、パン粉 ドレッシング じゃがいも、油、ホワイトルウ	玉ねぎ、りんご、ニンニク、生姜 キャベツ、もやし、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	768 28.8	969 36.6		
19日 (金)	ごはん	牛乳	カレーライス トマト入りオムレツ アスパラガスとコンのサラダ(青じそドレッシング)	牛乳、鶏肉、脱脂粉乳 卵、鶏肉	米、じゃがいも 油、でん粉 ドレッシング	玉ねぎ、人参、りんご、ニンニク、生姜 玉ねぎ、トマト キャベツ、アスパラガス、とうもろこし、きゅうり、人参	663 25.5	929 31.7		
22日 (月)	中華めん	牛乳	わかめラーメン ★揚げ餃子 大根サラダ(塩ドレッシング) ★中>アーモンドフィッシュ	牛乳、豚肉、ワカメ 豚肉 いわし	中華麺、油、ごま油 油、パン粉、でん粉、砂糖、小麦粉 ドレッシング アーモンド	とうもろこし、人参、ねぎ、もやし、ニンニク、生姜 キャベツ、にら 大根、キャベツ、人参、きゅうり	700 29.7	846 36.0		
23日 (火)	ごはん	牛乳	えび焼売(しょうゆ) 海草サラダ(中華ドレッシング) マーボー豆腐	牛乳、たらすり身、えび 海藻 豆腐、豚肉、みそ、豆板醬、甜麵醬	米、油、でん粉、砂糖、エビ油、小麦 春雨、ドレッシング 三温糖、ごま油、でん粉	玉ねぎ キャベツ、もやし、人参、きゅうり 筍、玉ねぎ、ねぎ、椎茸、ニンニク、生姜	668 27.6	813 32.3		
24日 (水)	ごはん	牛乳	そぼろごはん ★みそ田楽 野菜のおひたし(しょうゆ・刻みのり)	牛乳、鶏肉、卵、大豆 みそ のり	米、油、三温糖、でん粉 三温糖、ごま、でん粉 春雨、でん粉	たまねぎ、筍、ねぎ、枝豆、椎茸、生姜 こんにやく もやし、キャベツ、小松菜、人参、しめじ、蓮根	717 27.8	856 31.0		
25日 (木)	梨パン	牛乳	◆★鶏肉のコーンフ레이크焼き サラダ(棒々鶏ドレッシング) レタスのスープ	牛乳、鶏肉、ヨーグルト、チーズ 豆腐	パン、コーンフ레이크、マヨネーズ、パン粉 ドレッシング 三温糖、でん粉	ニンニク、生姜 もやし、大根、人参、小松菜 レタス、人参、筍、エリンギ、トマト	613 29.4	763 34.0		
26日 (金)	ごはん	牛乳	さばの香味焼き 新じゃがいものそぼろ煮 みそ汁	牛乳、さば 鶏肉 油揚げ、みそ	米、砂糖 じゃが芋、油、三温糖	生姜、にんにく 玉ねぎ、こんにやく、人参、グリーンピース 大根、小松菜、えのきだけ、ねぎ	686 27.8	831 32.4		
29日 (月)	ゆでうどん	牛乳	きつねうどん ★チーズ入りかまぼこの鉄板焼き 和風サラダ(和風玉ねぎドレッシング)	牛乳、油揚げ、豚肉、かまぼこ、わかめ たら、イトヨリ、沖あみ、チーズ、わかめ	うどん、三温糖、油 小麦でん粉、砂糖 ドレッシング	ねぎ、ほうれん草、えのきだけ、椎茸 大根、小松菜、人参、きゅうり	684 28.1	807 32.4		
30日 (火)	ごはん	牛乳	ほうれん草入り厚焼卵 肉じゃが みそ汁	牛乳、卵 豚肉 みそ	米、砂糖、でん粉、油 じゃがいも、三温糖 ドレッシング	ほうれん草 人参、玉ねぎ、こんにやく、枝豆 大根、人参、えのきだけ、ねぎ、小松菜	689 23.3	884 30.6		
31日 (水)	キャロット ピラフ	牛乳	クリームコロッケ サラダ(イタリアンドドレッシング) ABCスープ	ハム、豆乳 鶏肉	米、油、パン粉、小麦粉、でん粉 ドレッシング マカロニ、じゃがいも、油	人参、玉ねぎ、ピーマン、とうもろこし キャベツ、小松菜、もやし、パプリカ 人参、玉ねぎ、ほうれん草、とうもろこし	689 23.3	884 30.6		
○印は「久喜市内統一メニュー」です ○2日【行事食(こどもの日お祝い献立)】 ○9日【教科関連献立(小学5年 理科 種子の発芽と成長)】							◆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	702 27.5	867 33.2

平成29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		魚介類		青果類		青果類		青果類		乾物	
食材	産地	食材	産地	食材	産地	食材	産地	食材	産地	食材	産地
主食	米 (久喜市産米)	厚削り	静岡	大根	茨城、久喜	玉ねぎ	北海道	グリーンピース	ニュージーランド		
パン	埼玉、アメリカ、カナダ	煮干し	千葉、茨城	キャベツ	久喜、愛知	万能ねぎ	福岡	筍	愛媛		
牛乳	埼玉、アメリカ、カナダ	あさり	熊本	にんじん	茨城	レタス	長野	えのき	埼玉		
卵	埼玉、栃木、北海道など	あじ	ニュージーランド	洗いごぼう	茨城	じゃがいも	北海道、長崎	エリンギ	長野		
肉類	埼玉県の原乳が不足した場合に他県から補填しています。原乳については、各都道府県が検査し安全確認をおこなっています。	イカ	ペルー	ピーマン	茨城	パプリカ	韓国、ニュージーランド	しめじ	長野		
		かつお削り	静岡	ほうれん草	茨城	アスパラガス	長野	まいたけ	長野		
		さば	ノルウェー	大豆もやし	茨城	おかひじき	山形	なめこ	新潟		
		岩だこ	ベトナム	パセリ	茨城	枝豆	インドネシア	マッシュルーム	千葉		
				もやし	栃木	さといも	宮崎	ぜんまい	徳島、高知他		
		小松菜	久喜	チンゲンサイ	茨城	しょうが	鹿児島、高知	ほししいたけ	宮崎、大分		
		きゅうり	久喜	にら	茨城	にんにく	青森	切干大根	宮崎		
		長ねぎ	久喜	れんこん	徳島、茨城	ホールコーン	北海道	カットわかめ	青森		

※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