

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため学校が臨時休業になる場合、学校給食も中止となります。

5月分予定献立表(Aコース)

(給食回数20回)



久喜市教育委員会
久喜市立学校給食センター

令和5年度

| 日付 (曜日) | 献立 | | 血・肉・骨となるもの(あか) | | 体の調子を整えるもの(みどり) | | 熱や力となるもの(きいろ) | | 給食 1人1食 あたりの 栄養素(%) | 中学生 | |
|------------|-----------------------------------|----|-----------------------------|---------------------|-----------------|-----------------|---------------------------------------|--------------------------|------------------------------|-----|------|
| | 主食 | 飲料 | おかず | 1群 | 2群 | 3群 | 4群 | 5群 | | | 6群 |
| 1日 (月) | ごはん | 牛乳 | ローストチキン | 鶏肉 | 牛乳 | | 生姜 | ごはん | オリーブ油 | 867 | |
| | | | アスパラガスのサラダ (イタリアンドレッシング) | | | アスパラガス、 にんじん | キャベツ、とうもろこし | | ドレッシング | | 34.6 |
| | | | ハヤシライス | 豚肉 | | にんじん、 トマト | 玉ねぎ、にんにく | | 油、ハヤシルウ | | |
| 2日 (火) | ごはん おはなし給食 (つぎよの キャベツくん) | 牛乳 | トンカツ(ソース) | 豚肉 | 牛乳 | | | ごはん、パン粉、 でん粉、小麦粉 | 油 | 751 | |
| | | | キャベツのサラダ (和風ドレッシング) | | | にんじん、 ブロッコリー | キャベツ | | ドレッシング | | 27.0 |
| | | | じゃがいものみそ汁 | 豆腐、油揚げ、 みそ | | | 玉ねぎ、長ねぎ | | じゃがいも | | |
| 8日 (月) | ごはん 行事食 (こどもの日) | 牛乳 | かつおの竜田香味だれ | かつお | 牛乳 | | 生姜 | ごはん、でん粉、 砂糖 | 油、ごま油 | 853 | |
| | | | 大根のごま和え | | | 小松菜 | 大根、キャベツ | 砂糖 | ごま | | 32.4 |
| | | | 若竹汁 | 豆腐、かまぼこ | わかめ | にんじん | たけのこ | | | | |
| | | | 柏もち | | | | | | 柏もち | | |
| 9日 (火) | はちみつパン | 牛乳 | 野菜コロッケ(ソース) | | 牛乳 | にんじん、かぼちゃ | 玉ねぎ、枝豆 | はちみつパン、パン粉、 じゃがいも、小麦粉 | 油 | 790 | |
| | | | ツナとコーンのソテー | まぐろ | | にんじん、 さやいんげん | とうもろこし | | 油 | | 25.7 |
| | | | 肉団子スープ | 鶏肉、豚肉 | | にんじん | キャベツ、玉ねぎ | でん粉 | 油 | | |
| 10日 (水) | 中華めん | 牛乳 | 棒ぎょうざ | 豚肉、鶏肉 | 牛乳 | にら | キャベツ、玉ねぎ、長ねぎ | 中華めん、パン粉、 小麦粉、砂糖 | なたね油 | 758 | |
| | | | 大根のナムル (ナムルドレッシング) | | | ほうれん草、 にんじん | 大根 | | ドレッシング | | 30.4 |
| | | | みそラーメン | 豚肉、みそ | | にんじん | もやし、キャベツ、玉ねぎ、 とうもろこし、生姜、にんにく | | 油、ごま油、 ごま | | |
| | | | アセロラゼリー | | | | | | アセロラゼリー | | |
| 11日 (木) | ごはん 郷土料理 (広島県) | 牛乳 | さけのから揚げレモンソースがけ | さけ | 牛乳 | | レモン | ごはん、砂糖 | 油 | 786 | |
| | | | もぶりごはんの具 | 大豆、ちくわ | | にんじん | こんにゃく、ごぼう、 干しいたけ | 砂糖、でん粉 | 油 | | 34.5 |
| | | | 大平 | 鶏肉、生揚げ | | にんじん | 大根 | 里芋 | | | |
| 12日 (金) | ごはん | 牛乳 | レバーとポテトのオーロラソース 和え | 豚レバー | 牛乳 | | 生姜、にんにく | ごはん、じゃがいも、 砂糖、でん粉 | 油 | 858 | |
| | | | 小松菜の和え物 | | | 小松菜、にんじん | もやし | | | | 30.5 |
| | | | つみれ団子汁 | いわし、たら、 豆腐 | | にんじん | 長ねぎ、大根、生姜 | 砂糖 | | | |
| 15日 (月) | ごはん | 牛乳 | さばの塩焼き | さば | 牛乳 | | | ごはん | | 812 | |
| | | | 肉じゃが | 豚肉 | | にんじん、 さやいんげん | 玉ねぎ、こんにゃく、生姜 | じゃがいも、砂糖 | 油 | | 31.0 |
| | | | 豆腐のみそ汁 | 豆腐、油揚げ、 みそ | | 小松菜 | 大根、長ねぎ | | | | |
| 16日 (火) | コッペパン | 牛乳 | フランクフルトマトソースがけ | フランクフルト | 牛乳 | トマト | | コッペパン、砂糖 | | 752 | |
| | | | マカロニのガーリックソテー | ベーコン | | にんじん、パセリ | 玉ねぎ、にんにく | マカロニ | オリーブ油 | | 29.3 |
| | | | 具だくさんオニオンスープ | | | にんじん | 玉ねぎ、キャベツ | | 油 | | |
| 17日 (水) | 地粉うどん | 牛乳 | いちご蒸しパン | 豆乳 | 牛乳 | | いちご | 地粉うどん、小麦粉、 砂糖 | 油 | 727 | |
| | | | チンゲン菜のおひたし | | | チンゲン菜、 にんじん | キャベツ | | | | 28.3 |
| | | | 山菜うどん | 豚肉、油揚げ | | にんじん | わらび、水菜、えのきだけ、山うど、 なめこ、たけのこ、玉ねぎ、長ねぎ | | | | |
| 18日 (木) | 麦ごはん | 牛乳 | 野菜とお魚のナゲット | 豆腐、豆乳、たら、 いとよりだい | 牛乳 | にんじん | 玉ねぎ、とうもろこし、枝豆 | 麦ごはん、でん粉、 小麦粉、砂糖 | 油 | 947 | |
| | | | フラワーボンチ | | | | | ゼリー | | | 29.3 |
| | | | チキンカレー | 鶏肉 | スキムミルク | にんじん、トマト | 玉ねぎ、にんにく | じゃがいも | 油、 カレーフレーク | | |
| 19日 (金) | ごはん | 牛乳 | あじのから揚げ | あじ | 牛乳 | | 生姜 | ごはん、でん粉 | 油 | 766 | |
| | | | 豚肉と切干大根の炒め物 | 豚肉、みそ | | にんじん、にら | にんにく、生姜、玉ねぎ、 もやし、切干大根 | 砂糖 | ごま油、ごま | | 32.8 |
| | | | 小松菜のみそ汁 | 豆腐、油揚げ、 みそ | | 小松菜、にんじん | 長ねぎ | | | | |
| 22日 (月) | ごはん | 牛乳 | 鶏肉のねぎ塩だれ | 鶏肉 | 牛乳 | | にんにく、長ねぎ、レモン | ごはん | 油、ごま油 | 758 | |
| | | | 五目きんぴら | さつま揚げ | | にんじん、 さやいんげん | ごぼう | 砂糖 | ごま油、ごま | | 34.6 |
| | | | どさんこ汁 | 豚肉、みそ | | にんじん | 生姜、もやし、とうもろこし、 にんにく、玉ねぎ、長ねぎ | じゃがいも | バター | | |
| 23日 (火) | こどもパン | 牛乳 | チキンフィレ | 鶏肉 | 牛乳 | | にんにく | こどもパン、小麦粉、 でん粉、砂糖 | 油 | 800 | |
| | | | ミックスポテト | フランクフルト | | | 枝豆 | じゃがいも | ノンエッグマヨネーズ、 油 | | 26.8 |
| | | | 春野菜のコンソメスープ | | | にんじん | キャベツ、玉ねぎ、たけのこ | | 油 | | |

