

# 平成30年度5月分学校給食献立予定表(前半)

鹿児島大学教育学部附属小学校

日	曜	献立名	材料とその働き				エネルギー kcal	たんぱく質 g	
			たんぱく質・無機質 からだをつくるもの	炭水化物・脂質 ねつやちからになるもの	ビタミン からだのちょうしをととのえるもの	調味料ほか			
★ はし	1	火	たけのこごはん	鶏肉 しらす干し 油揚げ さつま揚げ	サラダ油 砂糖 米	たけのこ にんじん ごぼう しいたけ えだまめ	うすくちしょうゆ みりん 酒 食塩	566	23.1
			牛乳	牛乳					
			もずく入りみそ汁	豆腐 もずく 合わせみそ	じゃがいも	にんじん こまつな	かつお節(だし)		
★ はし	7	月	お茶ムース	加糖練乳 脱脂粉乳 クリーム	水あめ ヤシ油	ほうれんそう	まっ茶 食塩 乳化剤	564	23.8
			バターパン		パン				
			牛乳	牛乳					
★ はし	8	火	豆腐の中華煮	豚肉 かまぼこ 豆腐	でん粉 サラダ油 ごま油	キャベツ はくさい にんじん たけのこ しいたけ えだまめ しょうが にんにく	うすくちしょうゆ 酒 みりん オイスターソース 中華だし 食塩 白こしょう	594	22.8
			かしわもち	あずき	上新粉 砂糖 麦芽糖 水あめ		食塩		
			チキンソテー (サフランライス・パン粉炒め)	鶏肉 牛乳 粉チーズ 脱脂粉乳 パン粉炒め(粉チーズ)	サラダ油 米 パン粉炒め(パン粉・バター)	たまねぎ にんじん エリンギ コーン パセリ にんにく	ホワイトルウ チキンガラスープ 食塩 白こしょう サフランライスの素		
★ はし	9	水	ウインナーと野菜のスープ	ウインナー	じゃがいも	たまねぎ キャベツ にんじん チンゲンサイ	うすくちしょうゆ コンソメ 食塩 白こしょう	623	19.6
			ごはん		米				
			牛乳	牛乳					
★ はし	10	木	マーボーはるさめ	牛肉 豚肉 だいず みそ(赤・合わせ)	緑豆春雨 でん粉 砂糖 サラダ油 ごま油	たまねぎ にんじん たけのこ キャベツ にら しいたけ にんにく しょうが	ケチャップ こいくちしょうゆ 酒 とうぼんじゃん 食塩 麻婆豆腐の素	607	23.5
			こまつなサラダ		焙煎胡麻ドレッシング	こまつな キャベツ きゅうり			
			黒砂糖パン		パン				
★ はし	11	金	みそラーメン	豚肉 焼き豚 みそ(赤・合わせ)	中華めん ごま サラダ油	キャベツ たまねぎ にんじん 葉ねぎ コーン もやし しょうが にんにく	中華だし 食塩 白こしょう パイタン	585	23.6
			揚げぎょうざ	鶏肉	豚脂 でん粉 砂糖 小麦粉 植物油 なたね油	キャベツ たまねぎ しょうが にんにく	しょうゆ 食塩 香辛料		
			ポイルキャベツ たれ			キャベツ	しゅうまいのたれ		
★ はし	14	月	親子どんぶり	鶏肉 鶏卵 かまぼこ	砂糖 でん粉 米	たまねぎ しいたけ にんじん 葉ねぎ	うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 酒 みりん かつお節(だし) 食塩	569	20.6
			牛乳	牛乳					
			らっきょうの酢の物	わかめ	砂糖	らっきょう きゅうり	うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 酢		
★ はし	15	火	アセロラゼリー		果糖ぶどう糖液糖 でん粉	アセロラ果汁	ゲル化剤 香料	695	29.6
			コッペパン		パン				
			牛乳	牛乳					
★ はし	16	水	若草シチュー	鶏肉 牛乳 白花豆 白いんげん豆	じゃがいも サラダ油	たまねぎ にんじん しめじ にんにく グリーンピース	ホワイトルウ 食塩 白こしょう	631	24.8
			コーンとこまつなのソテー	ウインナー	サラダ油	こまつな コーン	うすくちしょうゆ 食塩 白こしょう		
			チキンライス (麦入りチャーハン)	鶏肉	サラダ油 米 麦	たまねぎ にんじん マッシュルーム ピーマン にんにく	ケチャップ トマトピューレー ウスターソース 食塩 白こしょう チャーハンの素		
★ はし	17	木	卵入りコーンスープ	ベーコン 鶏卵 豆腐	でん粉	たまねぎ にんじん クリームコーン こまつな	うすくちしょうゆ コンソメ 食塩 白こしょう	574	22.8
			ヨーグルト	ヨーグルト					
			ごはん		米				
★ はし	18	金	ジャーツァン豆腐	豚肉 だいず 厚揚げ 赤みそ	砂糖 でん粉 サラダ油 ごま油	たまねぎ にんじん たけのこ にら 深ねぎ にんにく しょうが	ケチャップ こいくちしょうゆ 酒 とうぼんじゃん	621	24.4
			バンサンスー		緑豆春雨 砂糖 ごま油	きゅうり にんじん	酢 うすくちしょうゆ 食塩		
			ミルクパン		パン				
★ はし	18	金	ピリ辛フォー	豚肉 だいず 焼き豚	ビーフン ねりごま サラダ油	もやし たまねぎ にんじん たけのこ きくらげ 深ねぎ チンゲンサイ にんにく しょうが	うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 酒 食塩 とうぼんじゃん	621	24.4
			くだもの			くだもの			
			ビーンズドライカレー (麦ごはん)	牛肉 豚肉 だいず ひよこ豆 えんどう豆 赤いんげん豆 粉チーズ	サラダ油 砂糖 米粉 米 麦	たまねぎ にんじん ピーマン ブルーベリー にんにく	ケチャップ ウスターソース こいくちしょうゆ カレー粉 食塩		
★ はし	18	金	牛乳	牛乳				621	24.4
			チンゲンサイのスープ	ロースハム 豆腐		チンゲンサイ たまねぎ しいたけ にんじん コーン	うすくちしょうゆ 中華だし 酒 食塩 白こしょう		

※ 必ず、親子で食材について確認しましょう。特に、食物アレルギーのあるお子さんについては、毎日確認してください。

# 平成30年度5月分学校給食献立予定表(後半)

鹿児島大学教育学部附属小学校

日	曜	献立名	材料とその働き				エネルギー		たんぱく質		
			たんぱく質・無機質 からだをつくるもの	炭水化物・脂質 ねつやちからになるもの	ビタミン からだのちょうしをととのえるもの	調味料ほか	kcal		g		
★ はし	21	月	米粉入りパン		パン			596	25.0		
			りんごジャム			りんごジャム					
			牛乳	牛乳							
			トマトと卵のスープ	ベーコン 鶏卵	でん粉	たまねぎ トマト にんじん レタス	うすくちしょうゆ コンソメ 食塩 白こしょう				
			鶏肉とカシューナッツの炒め物	鶏肉	カシューナッツ ごま油 でん粉 砂糖	ニンニクの芽 しいたけ しょうが	こいくちしょうゆ 酒 うすくちしょうゆ				
★ はし	22	火	セルフおにぎり (ごはん・のり・かつおみそ)	かつおみそ(かつお・赤みそ・合わせみそ) のり	かつおみそ(砂糖・ごま・ごま油) 米		酒 みりん	607	26.9		
			牛乳	牛乳							
			こさんだけの煮物	鶏肉 厚揚げ 竹輪 うずら卵	じゃがいも 砂糖 サラダ油	たまねぎ こさんだけ にんじん 白こんにゃく しいたけ いんげん	うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 酒 みりん かつお節(だし)				
★ はし	23	水	ごはん		米			591	25.3		
			牛乳	牛乳							
			こまつなのみそ汁	豆腐 わかめ 油揚げ 合わせみそ	じゃがいも	こまつな にんじん えのきたけ	かつお節(だし)				
			豚肉のしょうが焼き	豚肉		しょうが	こいくちしょうゆ みりん				
			浅漬け		青じそドレッシング	きゅうり					
★ はし	24	木	テーブルロールパン		パン			637	21.1		
			牛乳	牛乳							
			スープスパゲッティ	鶏肉 ベーコン	スパゲッティ オリーブ油	たまねぎ にんじん えのきたけ しめじ エリンギ こまつな 黄パプリカ にんにく	うすくちしょうゆ 白ワイン コンソメ 食塩 白こしょう				
			ミックスフルーツ	ゼリー(寒天・豆乳)	ゼリー(砂糖・ぶどう糖果糖液糖)	黄桃 みかん りんご なつみかん すいか ゼリー(りんご果汁・もも果汁・ぶどう果汁)	ビタミン飲料の素 ゼリー(ゲル化剤・香料)				
★ はし	25	金	ごはん		米			700	23.4		
			牛乳	牛乳							
			酢豚	豚肉(もも・ばら) うずら卵	じゃがいも でん粉 米粉 砂糖 なたね油	たまねぎ にんじん たけのこ きゅうり 黄パプリカ しいたけ ピーマン 赤ピーマン パイン しょうが	ケチャップ こいくちしょうゆ 黒酢 酒				
			くだもの			くだもの					
★ はし	28	月	セルフツナサンド (食パン・ツナソテー)	ツナソテー(まぐろ)	ツナソテー(ノンエッグマヨネーズ) パン	ツナソテー(キャベツ・コーン・こまつな)	ツナソテー(うすくちしょうゆ・食塩・白こしょう)	636	25.6		
			牛乳	牛乳							
			ポークビーンズ	豚肉 だいず ひよこ豆 えんどう豆 赤いんげん豆 大福豆	じゃがいも サラダ油	たまねぎ にんじん えだまめ にんにく	ケチャップ ビーフルウ デミグラスソース 赤ワイン 食塩 白こしょう				
★ はし	29	火	きんぴらごはん	豚肉	ごま油 砂糖 ごま 米	ごぼう にんじん いんげん 糸こんにゃく しょうが	うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 酒 みりん 一味とうがらし	612	26.3		
			牛乳	牛乳							
			にらたまスープ	ベーコン 鶏卵 豆腐 わかめ	でん粉	たまねぎ にんじん えのきたけ にら	うすくちしょうゆ 酒 食塩 かつお節(だし)				
★ はし	30	水	ごはん		米			683	652	27.8	30.1
			牛乳	牛乳							
			豚汁	豚肉 油揚げ 合わせみそ	じゃがいも	だいこん にんじん 黒こんにゃく ごぼう だいずもやし しょうが 葉ねぎ	酒 かつお節(だし)				
			鶏肉のレモンソースかけ	どちらか 鶏肉	でん粉 米粉 なたね油 はちみつ	レモン果汁	うすくちしょうゆ 白ワイン 食塩				
			魚のレモンソースかけ	選ぶ あじ	でん粉 なたね油 はちみつ	レモン果汁	うすくちしょうゆ				
			ミニトマト			ミニトマト					
★ はし	31	木	チーズパン		パン			591	27.9		
			牛乳	牛乳							
			ポトフ	鶏肉 ウィンナー	じゃがいも	たまねぎ キャベツ にんじん こまつな	白ワイン カレー粉 コンソメ 食塩 白こしょう				
			カップコーンミート たれ	豚肉	でん粉	深ねぎ しょうが ホーン	こいくちしょうゆ 酒 食塩 白こしょう しゅうまいのたれ				

## お知らせ

### <今月の行事>

- 2日(水) 写生会(お弁当を持ってきましょう)・八十八夜
- 3日(木) 憲法記念日
- 4日(金) みどりの日
- 5日(土) こどもの日
- 24日(木) 学級対抗リレー大会
- 31日(木) 公開研究会前準備  
1~4年給食なし(5・6年のみ給食あり)



### <はしをもってくる日>

★の日は、「はし」をもってくる日です。  
きれいにあらったはしを、わすれないようにもってきましょう。

1日 9日 10日 16日 22日 23日 25日 29日 30日

### 平成30年度5月分平均栄養量

エネルギー(kcal)		たんぱく質(g)	
鶏肉 の時	魚 の時	鶏肉 の時	魚 の時
614	613	24.4	24.5

