

令和4年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	2	バターパン		パン			592	29.3
		牛乳	牛乳					
		豆腐のオイスターソース炒め	豆腐 豚肉 えび	でん粉 砂糖 サラダ油 ごま油	たまねぎ にんじん チンゲンサイ たけのこ しめじ しいたけ にんにく しょうが	うすくちしょうゆ オイスターソース 酒 食塩 白こしょう		
		まっ茶りんかけ みかんジュース	だいず	砂糖 でん粉	みかんジュース	まっ茶 食塩		
★ はし	6	ごはん		米			587	23.8
		牛乳	牛乳					
		五月おでん	鶏肉 厚揚げ うずら卵 竹輪	じゃがいも 砂糖 サラダ油	たまねぎ たけのこ にんじん いんげん 白こんにゃく しいたけ	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)		
		こまつなとじゃこの炒め物	油揚げ しらす干し かつお節	ごま油 砂糖	こまつな もやし	うすくちしょうゆ みりん		
★ はし	9	コロッケバーガー (バーガーパン・コロッケ・ ポイルキャベツ・ソース)	コロッケ(牛肉・脱脂大豆粉・脱脂粉乳・粉末卵黄)	コロッケ(じゃがいも・砂糖・パン粉・ 小麦粉・でん粉・植物油脂) なたね油 パン	コロッケ(たまねぎ) キャベツ	コロッケ (食塩・香辛料・増粘多糖類・カロチノイド色素) マイティソース	612	20.3
		牛乳	牛乳					
		コーンチャウダー	牛乳 ベーコン 粉チーズ	じゃがいも	クリームコーン たまねぎ にんじん コーン しめじ パセリ	アレルゲンフリーホワイトルウ 食塩 白こしょう		
★ はし	10	きんぴらごはん	豚肉 油揚げ	ごま 砂糖 ごま油 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 みりん 酒 一味とうがらし	601	23.3
		牛乳						
		もずく入りみそ汁 ももゼリー	豆腐 合わせみそ もずく	じゃがいも 砂糖 果糖	にんじん こまつな もも果汁 ももピューレ	かつお・いりこ・さば・しいたけ・こんぶ(だし) 増粘多糖類 香料		
★ はし	11	ごはん		米			610	26.4
		牛乳	牛乳					
		卵入りコーンスープ	鶏卵 豆腐 ベーコン	でん粉	たまねぎ クリームコーン にんじん こまつな	うすくちしょうゆ コンソメ 食塩 白こしょう		
		豚肉のしょうが焼き 浅漬け	豚肉		しょうが きゅうり	しょうゆ みりん 青じそドレッシング		
★ はし	12	チーズパン		パン			583	24.1
		牛乳	牛乳					
		ポークビーンズ	豚肉 だいず 白花生 赤いんげん豆 えんどう豆 ひよこ豆	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 デミグラスソース(小麦) ビーフルウ(小麦) 赤ワイン 食塩 白こしょう		
ミックスフルーツ		ゼリー(水あめ・果糖ぶどう糖液糖 ・加工でん粉)	もも(黄・白) りんご みかん なつみかん すいか ゼリー(アセロラ果汁・りんご果汁)	ビタミン飲料の素 ゼリー(増粘多糖類・野菜色素・香料)				
★ はし	13	親子どんぶり	鶏肉 鶏卵 かまぼこ	砂糖 でん粉 米	たまねぎ にんじん 葉ねぎ しいたけ	うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ みりん 酒 かつお節(だし) 食塩	632	26.1
		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	酢 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ		
		ヨーグルト	ヨーグルト					
★ はし	16	米粉入りパン		パン			594	29.5
		マーマレードジャム			マーマレード			
		牛乳	牛乳					
		高野豆腐の卵とじ	鶏卵 えび 高野豆腐 鶏肉	砂糖 サラダ油	キャベツ たまねぎ にんじん きぬさや しいたけ	うすくちしょうゆ みりん 酒 食塩 かつお節(だし)		
くだもの			くだもの					
★ はし	17	ポークカレー (麦ごはん)	豚肉 ヨーグルト 粉チーズ 脱脂粉乳	じゃがいも サラダ油 米 麦	たまねぎ にんじん グリンピース りんご にんにく	カレールウ(小麦) ケチャップ ウスターソース 赤ワイン カレー粉	643	22.8
		牛乳	牛乳					
		だいこんサラダ	こんぶ		だいこん きゅうり コーン にんじん	青じそドレッシング		

※ 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。

令和4年5月分学校給食献立予定表(後半)

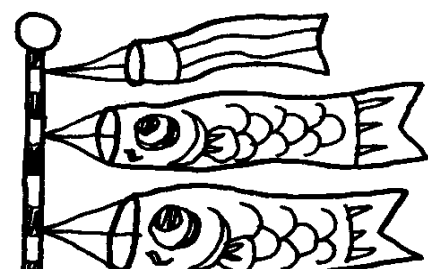
鹿児島大学教育学部附属小学校

日	曜	献立名	材料とその働き				エネルギー 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	18	水	ごはん	米			630	28.5
			しそ味ひじき	ひじき 寒天	砂糖 キヌア 水あめ 植物油	しその実		
			牛乳	牛乳				
			さつまいも	鶏肉 合わせみそ 油揚げ	さつまいも	だいこん にんじん 白こんにゃく ごぼう 葉ねぎ しょうが		
			かつお腹皮の更紗揚げ	かつお腹皮	でん粉 なたね油 砂糖	しょうが		
20	金	ブルコギどんぶり	豚肉(もも・ばら) 赤みそ こんぶ	ごま サラダ油 米	キャベツ たまねぎ にんじん ピーマン りんご にんにく しょうが	652	26.8	
		牛乳	牛乳					
		卵スープ	鶏卵 豆腐 鶏肉	でん粉	たまねぎ チンゲンサイ にんじん えのきたけ			
		かぼちゃムース	加糖脱脂粉乳 クリーム	ヤシ油 砂糖	かぼちゃ			
23	月	テーブルロールパン		パン		543	21.0	
		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 エリンギ しめじ こまつな 黄パプリカ にんにく			
		グリーンサラダ			キャベツ ブロッコリー グリーンアスパラガス いんげん			
★ はし	24	火	かつおしぐれどんぶり (麦ごはん)	かつお	砂糖 ごま 米 麦	にんじん えだまめ しいたけ しょうが	589	23.1
			牛乳	牛乳				
			こさんだけのみそ汁	豆腐 合わせみそ	じゃがいも	こさんだけ にんじん えのきたけ 葉ねぎ		
			くだもの			くだもの		
★ はし	25	水	ごはん	米			668	23.2
			牛乳	牛乳				
			マーボーじゃがいも	厚揚げ 牛肉 豚肉 だいず 赤みそ	じゃがいも 砂糖 でん粉 ごま油 サラダ油	たまねぎ たけのこ にんじん えだまめ しいたけ にんにく しょうが		
			こまつなサラダ			キャベツ こまつな きゅうり		
★ はし	26	木	ミルクパン		パン		549	26.1
			牛乳	牛乳				
			五目うどん	鶏肉 うずら卵 さつまいも わかめ	うどん	たまねぎ にんじん たけのこ 葉ねぎ しいたけ		
			ほうれんそうとコーンのソテー	ウインナー	サラダ油	ほうれんそう コーン		
30	月	厚切り黒砂糖食パン		パン		565	26.3	
		牛乳	牛乳					
		厚揚げとえびのチリソース煮	厚揚げ えび うずら卵 鶏肉 だいず 赤みそ	砂糖 でん粉 ごま油	キャベツ にんじん たけのこ グリンピース しいたけ にんにく しょうが			
		くだもの			くだもの			
31	火	おしんこピラフ (麦入りチャーハン)	豚肉	ごま サラダ油 米 麦	たくあん にんじん えだまめ	603	22.4	
		牛乳	牛乳					
		ふわふわスープ	鶏卵 ベーコン 粉チーズ	じゃがいも パン粉	たまねぎ こまつな にんじん しめじ			
		みかんジュース			みかんジュース			

お知らせ

＜今月の行事＞

- 2日(月) 八十八夜
- 3日(火) 憲法記念日
- 4日(水) みどりの日
- 5日(木) こどもの日
- 18日(水) 1～4年生給食なし
- 19日(木) 公開研究会(給食なし)
- 27日(金) 春の一日遠足(弁当を準備しましょう)
- 30日(月) 学級対抗リレー大会(1～3年)



＜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てましよう。

6日 10日 11日 18日 24日 25日 26日

令和4年5月分平均栄養量

エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)
603	24.9





31日(火) 学級対抗リレー大会(4~6年)

