令和　6年度

5月

（こども園）学　校　給　食　予　定　献　立　表

安平町学校給食センター

月	火	水	木	金
こんだて　ざいりょう	こんだて　ざいりょう	こんだて　ざいりょう	こんだて　ざいりょう	こんだて　ざいりょう

2日（木）
こどもの日メニュー
わかたけ汁・かぶとがたハンバーグ・ごもくきんぴら

こどもの日は、端午の節句の日でもあります。子どもたちみんなが元気に育ち、大きくなったことをお祝いする日です。

17日（金）
安平町地場産物給食第1弾！
コッペパン・あんがす牛シチュー・コールスローサラダ

やわらかい赤身と適度なサシが入った肉質が特徴のあんがす牛！給食センターでは、安平町の牧場で育った牛のお肉を使用しています。

安平町の食材

9日（木）
さんとうなは
有機野菜です。

1

ミルクパン
ナポリタンスパゲティ
ハッシュドポテト
きよみオレンジ
牛　乳

えいよう価

エネルギー(kcal)	499
たんぱく質(g)	16.5
脂質(g)	16.8
塩分(g)	1.5

こむぎ粉　牛乳　さとう　たまご　マーガリン　ショートニング　イースト　しお　ライむぎ粉

スパゲティ　にんじん　たまねぎ　ピーマン　マッシュルーム　にんにく　ハム　ウスターソース　ケチャップ　ナポリタンソース　コンソメ　トマト缶　こめ油　コショウ

じゃがいも　たまねぎ　じょうしん粉　しお　なたね油　だいず油

2

わかたけ汁
かぶとがたハンバーグ
ごもくきんぴら
牛　乳

えいよう価

エネルギー(kcal)	493
たんぱく質(g)	24.0
脂質(g)	16.0
塩分(g)	2.4

にんじん　たけのこ　わかめ　つと　油あげ　とり肉　しょうゆ　めんつゆ　かつおだしパック　しお　りょうりしゅ

とり肉　たまねぎ　ぶた肉　さとう　しお　トマト　にんにく　しょうが　だいず

ぶた肉　りょうりしゅ　にんじん　ごぼう　干ししいたけ　しらたき　しょうゆ　みりん　さとう　こめ油　ごま

3　けんぽうきねん日

6　ふりかえ休日

<お知らせ>
- ◇　はしを忘れずにもってきましょう。スプーンやフォークがつく日にはマークがついています。
- ◇ 都合により、こんだてが変更になること があります。
- ◇ 食べ残したものや欠席したときの給食は衛生面から、家に持ち帰ったり、届けたりすることはできません。
- ◇ 今月の卵・乳原料不使用のパンは、17日（金）・31日（金）です。

7

むぎごはん
チキンカレー
かいそうともやしのサラダ
牛　乳

えいよう価

エネルギー(kcal)	553
たんぱく質(g)	17.7
脂質(g)	17.6
塩分(g)	1.9

こめ　おおむぎ　じゃがいも　にんじん　たまねぎ　とり肉　カレールー甘口　トマトジュース　ちゅうのうソース　とりがらスープ　にんにく　こめ油　チャツネ

わかめ　もやし　にんじん　ツナ　わふうドレッシング

8

けんちんうどん
もちいりきんちゃく
ゼリーあえ
牛　乳

えいよう価

エネルギー(kcal)	521
たんぱく質(g)	20.5
脂質(g)	13.7
塩分(g)	3.3

うどん　とり肉　にんじん　だいこん　さといも　れいとうとうふ　油あげ　干ししいたけ　長ねぎ　さとう　しお　みりん　かつおだしパック　しょうゆ　めんつゆ　りょうりしゅ

もち粉　油あげ　さとう　しょうゆ　でん粉　かつおエキス　うめず　しお　みりん

ナタデココ　おうとう　はくとう　みかん　パインアップル　さとう　マスカット果汁　りんご果汁

9

さつま汁
にしんてりに
さんとうなのおかかあえ
牛　乳

えいよう価

エネルギー(kcal)	496
たんぱく質(g)	21.9
脂質(g)	14.7
塩分(g)	2.1

にんじん　さつまいも　長ねぎ　ぶた肉　とうふ　つきこんにゃく　だいこん　みそ　しおこうじ　かつおエキス　ごぼう

にしん　さとう　しょうゆ　みりん　レモンかじゅう　かつおぶし　こめでん粉

骨ごと食べられます。

さんとうな　ちりめんじゃこ　にんじん　めんつゆ　さとう　かつおぶし

10

ミルクパン
ワンタンスープ
コーンフライ
ポテトサラダ
牛　乳

えいよう価

エネルギー(kcal)	503
たんぱく質(g)	19.6
脂質(g)	19.3
塩分(g)	2.3

にんじん　長ねぎ　ちんげんさい　もやし　ワンタン　ぶた肉　しょうゆラーメンスープ　しおラーメンスープ　コショウ　ちゅうかだし

コーン　パン粉　せいにゅう　こむぎ粉　なたね油　さとう　しお　こめ油

じゃがいも　きゅうり　たまねぎ　にんじん　ハム　ノンエッグマヨネーズ　さとう　しお

13

かみなり汁
やききゃべつメンチカツ
ふきいために
牛　乳

えいよう価

エネルギー(kcal)	559
たんぱく質(g)	20.5
脂質(g)	24.0
塩分(g)	1.6

ほうれんそう　とうふ　つきこんにゃく　油あげ　だいこん　ごぼう　にんじん　めんつゆ　かつおだしパック　しょうゆ　ごま油

きゃべつ　とり肉　たまねぎ　ぶた肉　さとう　しお　しょうゆ　なたね油　だいず

にんじん　ふき　さつまあげ　さとう　しょうゆ　みりん　こめ油

14

ぶたどん
あつやきたまご
いそのかあえ
牛　乳

えいよう価

エネルギー(kcal)	511
たんぱく質(g)	23.2
脂質(g)	16.5
塩分(g)	1.8

たまねぎ　にんじん　ぶた肉　しらたき　たけのこ　つと　こめ油　さとう　しょうゆ　みりん　かつおエキス　ぶたどんのたれ

たまご　さとう　しょくぶつ油脂　す　しお　かつおだし　こんぶだし

はくさい　にんじん　のり　めんつゆ　さとう

15

タンメン
あげぎょうざ2こ
牛　乳

えいよう価

エネルギー(kcal)	520
たんぱく質(g)	26.0
脂質(g)	18.1
塩分(g)	3.5

ラーメン　ぶた肉　つと　きゃべつ　にんじん　長ねぎ　コンソメ　しょうが　とりがら　しおラーメンスープ　もやし　にら　ごま油

きゃべつ　たまねぎ　にら　ぶた肉　とり肉　ひじき　でん粉　しょうゆ　ごま油　だいず粉　さとう　ぎょかいエキス　しお　こむぎ粉　しょくぶつ油脂　こめ油

16

とりみそ汁
さばしおこうじカレーやき
あおなとあつあげのにびたし
牛　乳

えいよう価

エネルギー(kcal)	519
たんぱく質(g)	26.0
脂質(g)	19.2
塩分(g)	1.5

とり肉　にんじん　ごぼう　油あげ　だいこん　たまねぎ　つきこんにゃく　長ねぎ　にぼしパック　みそ

さば　しおこうじ　カレー粉

小骨に気をつけましょう。

はくさい　ほうれんそう　油あげ　さとう　あつあげ　しょうゆ　りょうりしゅ　かつおエキス　みりん

17

コッペパン
あんがす牛シチュー
コールスローサラダ
牛　乳

えいよう価

エネルギー(kcal)	517
たんぱく質(g)	22.0
脂質(g)	20.8
塩分(g)	2.5

あんがす牛　じゃやがいも　ブロッコリー　だいず　にんじん　たまねぎ　しめじ　トマト缶　ハヤシフレーク　ホワイトルウ　デミソース　コンソメ　赤ワイン　にんにく　こめ油

きゃべつ　きゅうり　コーン　さとう　ノンエッグマヨネーズ　す　ヨーグルト　しお　コショウ

20

もずくみそ汁
いりどり
きゅうりのツナあえ
牛　乳

えいよう価

エネルギー(kcal)	471
たんぱく質(g)	19.3
脂質(g)	14.2
塩分(g)	1.7

もずく　じゃがいも　にんじん　れいとうどうふ　油あげ　長ねぎ　みそ　かつおだしパック

とり肉　りょうりしゅ　しょうゆ　ごぼう　いんげん　たけのこ　干ししいたけ　にんじん　こんにゃく　みりん　さとう　わふうだし　かつおエキス　ごま油　こめ油

きゅうり　ツナ　しょうゆ　ごま　さとう

21

ごま汁
さけメンチチーズ
ひじきに
牛　乳

えいよう価

エネルギー(kcal)	527
たんぱく質(g)	19.7
脂質(g)	19.5
塩分(g)	2.0

油あげ　とり肉　にんじん　つきこんにゃく　さといも　ごぼう　れんこん　長ねぎ　わふうだし　みそ　かつおエキス　ねりごま

さけ　たまねぎ　チーズ　パン粉　とうもろこし油　なたね油　だいず油　コーンスターチ　ぶた肉　さとう　こむぎ粉　しお　ベーキングパウダー　パーム油　こめ油

にんじん　ひじき　ごぼう　ぶたひき肉　油あげ　さとう　みりん　しょうゆ　こめ油

22

はくさいスープ
セルフチキンライス
はるさめサラダ
牛　乳

えいよう価

エネルギー(kcal)	480
たんぱく質(g)	17.4
脂質(g)	14.0
塩分(g)	2.5

はくさい　にんじん　かにかまぼこ　しょうが　でん粉　ちんげんさい　りょうりしゅ　ごま油　ちゅうかだし　とりがらスープ　しょうゆスープ　こしょう

とり肉　たまねぎ　にんじん　コーン　マッシュルーム　トマトソース　ケチャップ　デミソース　ちゅうのうソース　コンソメ　しょうゆ　さとう　こめ油　かんてん

ごはんに混ぜて食べましょう

はるさめ　きゅうり　ハム　にんじん　みかん缶　わかめ　ごま油　さとう　オリーブ油　す　しょうゆ

23

けんちん汁
すきやきふうフライ
ごぼうサラダ
牛　乳

えいよう価

エネルギー(kcal)	540
たんぱく質(g)	17.5
脂質(g)	18.4
塩分(g)	1.3

にんじん　だいこん　ごぼう　じゃがいも　油あげ　れいとうとうふ　干ししいたけ　しょうゆ　かつおだしパック　りょうりしゅ　みりん　ごま油

たまねぎ　じゃがいも　さとう　しょうゆ　パン粉　こむぎ粉　ぎゅう肉　ぶた肉　とり肉　ゼラチン　しお　水あめ　だいず油　こめ油　みりん

ごぼう　きゅうり　にんじん　ごま　ノンエッグマヨネーズ　しょうゆ　コショウ

24

バターパン
ポトフ
アンサンブルエッグ
あまなつかん
牛　乳

えいよう価

エネルギー(kcal)	485
たんぱく質(g)	18.3
脂質(g)	20.2
塩分(g)	2.1

ウインナー　じゃがいも　きゃべつ　たまねぎ　にんじん　ブロッコリー　にんにく　ブイヨン　コンソメ　コショウ

たまご　フライポテト　たまねぎ　チーズ　ベーコン　牛乳　さとう　なたね油　す　しお

27

わかめごはん
よしの汁
きんぴらつつみやき
ごまずあえ
牛　乳

えいよう価

エネルギー(kcal)	486
たんぱく質(g)	22.9
脂質(g)	15.0
塩分(g)	2.2

ごぼう　にんじん　長ねぎ　油あげ　とうふ　とり肉　つと　かつおだしパック　しょうゆ　でん粉　こんぶだし　しょうゆ　みりん　めんつゆ

とり肉　たまねぎ　ごぼう　とうふ　しょうゆ　にんじん　さとう　みりん　ごま油　しょうが　しお　ぶたゼラチン　ごま　だいず

ほうれんそう　きゃべつ　もやし　ごま　さとう　ごま油　しょうゆ　す　みりん

28

むらくも汁
チンジャオロース
もやしナムル
牛　乳

えいよう価

エネルギー(kcal)	450
たんぱく質(g)	21.4
脂質(g)	13.9
塩分(g)	1.6

たまご　とり肉　にんじん　長ねぎ　干ししいたけ　きくらげ　とりがらスープ　コンソメ　でん粉

ぶた肉　ピーマン　にんじん　干ししいたけ　たけのこ　しょうが　ごま油　さとう　テンメンジャン　でん粉　とりがらスープ　しょうゆ　りょうりしゅ

きゅうり　にんじん　もやし　さとう　しょうゆ　とりがら　す　ごま　ごま油

29

おやこうどん
のりしおコロッケ
ブロッコリードレッシング
牛　乳

えいよう価

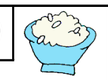
エネルギー(kcal)	507
たんぱく質(g)	22.6
脂質(g)	17.8
塩分(g)	3.1

うどん　とり肉　にんじん　長ねぎ　たまねぎ　たまご　ほうれんそう　かつおだしパック　みりん　しょうゆ　めんつゆ

じゃがいも　パン粉　しお　さとう　あおのり　こむぎ粉　こめ粉　でん粉　だいず油　こめ油

ブロッコリー　コーンクリーミードレッシング

30



さわにわん
さばみそに
グリーンアスパラのガーリックいため
牛　乳

えいよう価

エネルギー(kcal)	514
たんぱく質(g)	24.7
脂質(g)	18.9
塩分(g)	2.3

ぶた肉　にんじん　ごぼう　長ねぎ　たけのこ　かつおだしパック　しょうゆ　みりん　りょうりしゅ　しお

さば　みそ　さとう　みりん　でん粉

小骨に気をつけましょう。

グリーンアスパラ　しめじ　コーン　ベーコン　しお　にんにく　コショウ　こめ油

31

こくとうパン
はくさいシチュー
ハニーチキン
だいこんのイタリアンサラダ
牛　乳

えいよう価

エネルギー(kcal)	550
たんぱく質(g)	22.8
脂質(g)	21.5
塩分(g)	2.2

にんじん　はくさい　じゃがいも　たまねぎ　ベーコン　牛乳　ホワイトルウ　生クリーム　コンソメ　ホワイトソース　バター　コショウ　クリームポタージュルウ　チーズ

とり肉　みそ　はちみつ　りょうりしゅ　しょうが　にんにく

だいこん　きゅうり　ツナ　にんじん　イタリアンドレッシング