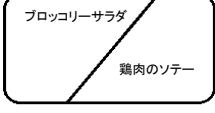
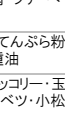
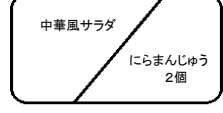
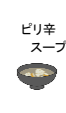
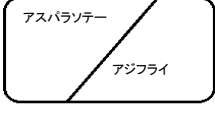
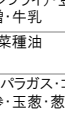
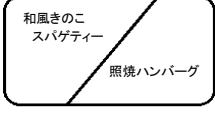
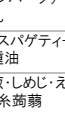
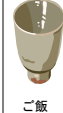
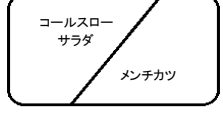
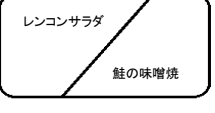
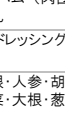
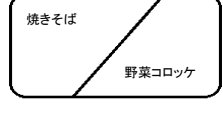
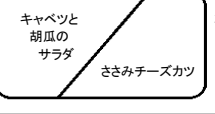
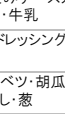
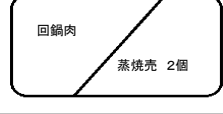
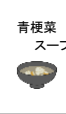
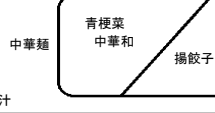
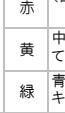
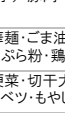
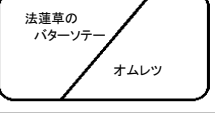
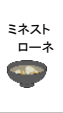
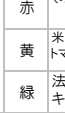
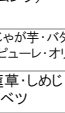
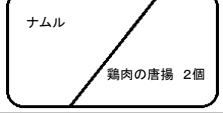
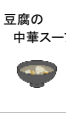
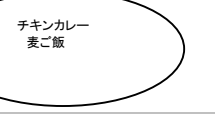
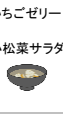
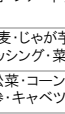
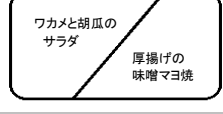
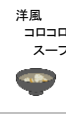
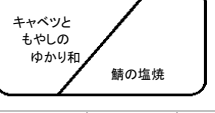
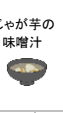
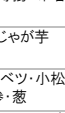
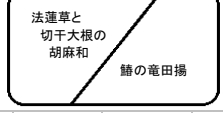




5月 献立表



日	献立・配膳図					使用材料名			日	献立・配膳図					使用材料名		
1 金						赤	鶏肉・ツナ・ベーコン・牛乳		19 火					赤	(にらまんじゅう)・ハム・豚肉・豆腐・牛乳		
						黄	米・てんぷら粉・ドレッシング・菜種油							黄	米・ドレッシング・コンソメ・ごま油・鶏ガラスープ・豆板醤・キムチの素		
						緑	ブロッコリー・玉葱・コーン・人参・キャベツ・小松菜・しめじ	2 3.7 2.4						緑	キャベツ・胡瓜・人参・コーン・白菜・もやし・椎茸・葱	2.5 4.4 2.3	
822		30.6	33.5	100.5	297	2 3.7 2.4		829		24.6	30.4	115.2	321	2.5 4.4 2.3			
7 木						赤	(アジフライ)・豆腐・薄揚げ・ワカメ・味噌・牛乳		20 水	3年 修学旅行 1.2年 校外学習 給食なし 							
						黄	米・菜種油										
						緑	アスパラガス・コーン・法蓮草・人参・玉葱・葱	5.9 6 2.6									
759		28	24.3	112.9	469	5.9 6 2.6											
8 金						赤	(ハンバーグ)・鶏肉・豆腐・ツナ・牛乳		21 木					赤	(メンチカツ)・ハム・鶏肉・牛乳		
						黄	米・スパゲティ・薄焼のタレ・菜種油							黄	米・ドレッシング・コンソメ・ごま油・鶏ガラスープ・豆板醤・キムチの素		
						緑	玉葱・しめじ・えのき・大根・牛蒡・葱・糸蒟蒻	14.2 5.8 2.8						緑	キャベツ・人参・胡瓜・法蓮草・玉葱・コーン	1.7 3.6 2.8	
799		31.3	26.7	111.8	532	14.2 5.8 2.8		796		23.1	30.2	112	317	1.7 3.6 2.8			
11 月						赤	鮭・ハム・(肉団子)・豆腐・味噌・牛乳		22 金					赤	(野菜コロッケ)・豚肉・鶏肉・牛乳		
						黄	米・ドレッシング・料理酒・三温糖							黄	コッペパン・(ソース焼きそば)・コンソメ・菜種油		
						緑	蓮根・人参・胡瓜・コーン・キャベツ・白菜・大根・葱	8.1 4 2.4						緑	玉葱・人参・ピーマン・南瓜・大根・小松菜	1.7 6.6 3.7	
763		30.8	23.6	111.3	403	8.1 4 2.4		761		26.1	31.5	102.4	306	1.7 6.6 3.7			
12 火						赤	(ささみチーズカツ)・(ワンタン)・ツナ・牛乳		25 月					赤	(焼売)・豚肉・豆腐・ベーコン・味噌・牛乳		
						黄	米・ドレッシング・コンソメ・菜種油							黄	米・中華だし・菜種油		
						緑	キャベツ・胡瓜・玉葱・コーン・人参・もやし・葱	1.5 3 2.8						緑	キャベツ・ピーマン・人参・葱・青梗菜・玉葱・椎茸・もやし・生姜・ニンニク	5.9 5.7 1.7	
781		26.7	25.8	112.8	289	1.5 3 2.8		811		25.9	31	111.5	421	5.9 5.7 1.7			
13 水						赤	(餃子)・豚肉・牛乳		26 火					赤	豚肉・卵・牛乳		
						黄	中華麺・ごま油・三温糖・ゴマ・てんぷら粉・鶏ガラスープ・菜種油							黄	米・焼肉のタレ・薄焼のタレ・菜種油		
						緑	青梗菜・切干大根・人参・玉葱・キャベツ・もやし・にら	3.3 7.5 2.8						緑	もやし・キャベツ・ピーマン・玉葱・人参・小松菜・えのき・にら	2.6 3.5 2.9	
754		29.6	26.3	105.3	365	3.3 7.5 2.8		759		31.6	25.7	104.3	308	2.6 3.5 2.9			
14 木						赤	(オムレツ)・ベーコン・鶏肉・牛乳		27 水					赤	鶏肉・豆腐・ベーコン・牛乳		
						黄	米・じゃが芋・バター・ケチャップ・マカロニ・トマトピューレ・オリーブオイル・コンソメ							黄	米・鶏ガラスープ・ごま油・てんぷら粉・菜種油・ごま		
						緑	法蓮草・しめじ・人参・コーン・玉葱・キャベツ	2.8 4.5 2.5						緑	法蓮草・人参・青梗菜・えのき・生姜・ニンニク	6.8 6 1.8	
758		23.5	27.1	111.8	471	2.8 4.5 2.5		842		32.9	32.7	105.2	504	6.8 6 1.8			
15 金						赤	鶏肉・ツナ・牛乳		28 木					赤	厚揚げ・ワカメ・ツナ・鶏肉・牛乳		
						黄	米・麦・じゃが芋・カレー・ドレッシング・菜種油・いちごゼリー							黄	米・じゃが芋・ドレッシング・三温糖・マヨネーズ(卵不使用)・コンソメ		
						緑	小松菜・コーン・切干大根・玉葱・人参・キャベツ	3.6 4.6 2.8						緑	胡瓜・コーン・キャベツ・玉葱・大根・人参・小松菜	3.5 3.5 2.8	
848		24.3	24.7	131.4	331	3.6 4.6 2.8		785		27.3	30.3	105	463	3.5 3.5 2.8			
18 月						赤	鯖・薄揚げ・味噌・ワカメ・牛乳		29 金					赤	鯖・うち豆・薄揚げ・味噌・牛乳		
						黄	米・じゃが芋							黄	米・じゃが芋・ごま・三温糖・澱粉・菜種油		
						緑	キャベツ・小松菜・もやし・玉葱・人参・葱	2.9 4.2 2.5						緑	法蓮草・切干大根・人参・大根・白菜・葱・生姜・ニンニク	3.8 5.4 2.3	
792		28	30.6	104.2	337	2.9 4.2 2.5		782		34.2	26.2	105.9	395	3.8 5.4 2.3			
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	カルシウム	鉄	食物繊維	食塩	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	カルシウム	鉄	食物繊維	食塩		
kcal	(g)	(%)	(g)	(mg)	(mg)	(g)	(g)	kcal	(g)	(%)	(g)	(mg)	(mg)	(g)	(g)		

●食材の都合により、献立の一部を変更する事がありますので、ご了承下さい。

●食材欄の（ ）書きは加工食品です。

●今月8日は、歯ッピーの日でカルシウムたっぷりメニューです。

カルシウムを多く含む豆腐・(ハンバーグ)等が献立に入っています。

●今月は25日が、アイアンの日で鉄分たっぷりメニューです。

鉄分を多く含む豆腐・青梗菜・(焼売)等が献立に入っています。

●今月27日は減塩献立になっています。

●今月29日は、食育の日献立の日です。

福井県の郷土料理のうち豆の味噌汁が献立に入っています。



