

令和6年 5月 こんだてひょう

今月の目標： 上手に食べよう

東部A学校給食共同調理場(中央小、平野小、膳所小、富士見小、晴嵐小、石山小、南郷小、大石小)

大津市教育委員会

日	曜	献立名	主 材				エネルギー たんぱく質 脂 質
			(黄) おもにエネルギーのもとになる	(赤) おもに体をつくる	(緑) おもに体の調子を整える	その他	
1	水	コッペパン ^{ぎゅうにゅう} 牛乳 デミグラス ^{ふう} 風ポークハンバーグ 春キャベツ ^{はる} のマリネ コンソメスープ	コッペパン 三温糖 ハヤシルウ オリーブ油 じゃがいも	牛乳 ポークハンバーグ 鶏肉	たまねぎ キャベツ カラーピーマン レモン果汁 パセリ にんじん ぶなしめじ	赤ワイン コンソメ ウスターソース ケチャップ 塩 こしょう	630kcal 24.3g 22.6g
2	木	【端午の節句献立】 おかつさんむぎ 大津産麦ごはん・ふりかけ(かつお) ぎゅうにゅう 牛乳 たけのこのから揚げ* あおな 青菜のだしじょうゆあえ 豚 ^{ぶた} じゃが	麦ごはん でん粉 じゃがいも なたね油 三温糖	ふりかけ(かつお) 牛乳 豚肉	たけのこ キャベツ こまつな たまねぎ にんじん 糸こんにゃく さやえんどう	塩 みりん けずりぶし しょうゆ	558kcal 18.7g 17.1g
7	火	【郷土料理・特産物：徳島県】 おかつさんむぎ 大津産麦ごはん ^{ぎゅうにゅう} 牛乳 とりにく きなごうちそんあ 鶏肉の佐那河内村揚げ みそ雑煮 キャロットゼリー	麦ごはん でん粉 なたね油 三温糖 トック ゼリー(人参)	牛乳 鶏肉 わかめ ちらしかまぼこ (花) みそ	青ねぎ ゆず果汁 だいこん こまつな	塩 酒 しょうゆ みりん けずりぶし 出しこんぶ	648kcal 25.4g 17.2g
8	水	まっちゃ 抹茶パン ^{ぎゅうにゅう} 牛乳 野菜のコロコロ揚げ こめこ 米粉マカロニのナポリタン とうにゅうい 豆乳入りコーンポタージュ	抹茶パン 上新粉 三温糖 オリーブ油 米粉マカロニ じゃがいも ホワイトルウ なたね油	牛乳 鶏肉 豆乳	ごぼう かぼちゃ ピーマン エリンギ トマト たまねぎ とうもろこし	塩 ケチャップ コンソメ こしょう	676kcal 21.1g 24.3g
9	木	おかつさんむぎ 大津産麦ごはん ^{ぎゅうにゅう} 牛乳 豚肉の照り焼き れんこん ^{うめ} の梅かつおあえ とりだんごじる 鶏団子汁	麦ごはん 三温糖	牛乳 豚肉 花かつお チキンボール 豆腐	れんこん 青ねぎ りょくとうもやし しょうが にんじん えのきたけ 梅肉	酒 みりん しょうゆ 塩 出しこんぶ けずりぶし	549kcal 26.3g 18.0g
10	金	【かみかみデー】 おかつさんむぎ 大津産麦ごはん のむヨーグルト(B) わかさぎ ^あ のかりん揚げ ^{はるやさい} 春野菜のみそ仕立て きりほ 切干しだいこんのうま煮 ^に	麦ごはん でん粉 なたね油 三温糖 じゃがいも	のむヨーグルト (B) わかさぎ 鶏肉 豚肉 厚揚げ みそ	しょうが にんじん 切干しだいこん こんにゃく たまねぎ たけのこ さやいんげん	酒 しょうゆ みりん けずりぶし	541kcal 19.4g 11.7g
13	月	おかつさんむぎ 大津産麦ごはん ^{ぎゅうにゅう} 牛乳 コーンフライ ^{まーぼーどうふ} 麻婆豆腐 チンゲンサイとエリンギの炒め物 ^{いたもの}	麦ごはん コーンフライ なたね油 三温糖 でん粉	牛乳 豚肉 豆腐 鶏ひき肉 みそ	チンゲンサイ エリンギ にんじん たまねぎ ピーマン 白ねぎ しょうが	みりん 塩 しょうゆ こしょう トウハンジャン 中華スープ	661kcal 21.5g 24.1g
14	火	おかつさんむぎ 大津産麦ごはん ^{ぎゅうにゅう} 牛乳 さば ^{しおや} の塩焼き ポテトサラダ ^{ふう} チゲ風みそ汁 ^{しる} *	麦ごはん なたね油 じゃがいも マヨネーズ	牛乳 さば 豚肉 豆腐 みそ	きゅうり たまねぎ だいこん にんじん キムチ(はくさい) 青ねぎ	酒 塩 こしょう 煮干し	589kcal 25.7g 23.3g
15	水	【外国料理・ドイツ】 バターリッチパン ^{ぎゅうにゅう} 牛乳 とりにく 鶏肉のシュニツェル (鶏肉のカツレツ風レモンソース)* ジャーマンポテト ゲミューゼズッペ(野菜のコンソメスープ)*	バターリッチパン でん粉 なたね油 三温糖 じゃがいも	牛乳 鶏肉 ベーコン	レモン果汁 たまねぎ キャベツ にんじん かぼちゃ	塩 こしょう 酒 米酢 粒入りマス タード コンソメ	622kcal 28.5g 22.8g
16	木	おかつさんむぎ 大津産麦ごはん ^{ぎゅうにゅう} 牛乳 ぶたにく 豚肉のしょうが ^や 焼き ^{かしわ} のすきやき ^{ふう} はる 春キャベツと塩昆布のごまあえ ^{しおこんぶ}	麦ごはん なたね油 いりごま ごま油 三温糖	牛乳 豚肉 塩昆布 鶏肉 豆腐	しょうが キャベツ にんじん たまねぎ はくさい 白ねぎ えのきたけ 赤こんにゃく	酒 しょうゆ 塩	558kcal 31.1g 16.2g
17	金	ソフトめん ^{ぎゅうにゅう} 牛乳 あじの竜田揚げ ^{たつたあ} コールスローサラダ ごま坦 ^{たんたん} スープ	ソフトめん でん粉 なたね油 三温糖 ねりごま すりごま ごま油 コートレッシング	牛乳 あじ 鶏ひき肉 みそ	キャベツ しょうが とうもろこし にんじん りょくとうもやし チンゲンサイ	酒 しょうゆ 塩 トウハンジャン 中華スープ	609kcal 30.0g 24.2g

日 曜	献 立 名	主 材 料				エネルギー たんぱく質 脂 質 小学校
		(黄) おもにエネルギーの もとになる	(赤) おもに 体をつくる	(緑) おもに体の調子を 整える	その他	
20 月	おおつさんむぎ ぎゆうにゆう 大津産麦ごはん 牛乳 とりにく あ 鶏肉のから揚げおろしソース しおこんぶ チンゲンサイの塩昆布あえ とうふ じる 豆腐とたまねぎのすまし汁	麦ごはん でん粉 なたね油 三温糖	牛乳 鶏肉 塩昆布 豆腐	だいこん キャベツ チンゲンサイ たまねぎ にんじん 糸みつば ぶなしめじ	酒 塩 しょうゆ みりん けずりぶし 出しこんぶ	560kcal 25.4g 17.3g
21 火	おおつさんむぎ ぎゆうにゆう 大津産麦ごはん 牛乳 ぶたにく はる 豚肉のねぎだれかけ 春キャベツのあえもの あつあ いた に 厚揚げの炒め煮	麦ごはん なたね油 ごま油 じゃがいも 三温糖	牛乳 豚肉 鶏肉 厚揚げ	白ねぎ こんにゃく キャベツ はくさい にんじん にんにく レモン果汁 さやいんげん	酒 こしょう 塩 しょうゆ みりん けずりぶし	553kcal 26.7g 15.9g
22 水	ぎゆうにゆう コッペパン 牛乳 アスパラベーコン とりにく 鶏肉のバーベキューソース しん とうにゆう 新じゃがいもの豆乳ポタージュ	コッペパン なたね油 じゃがいも ホワイトルウ	牛乳 鶏肉 ベーコン 豆乳	アスパラガス キャベツ にんじん たまねぎ パセリ	白ワイン 塩 こしょう ウスターソース ケチャップ しょうゆ コンソメ	558kcal 30.1g 17.2g
23 木	しが さんぶつ た 【滋賀の産物を食べようデー】 おおつさんむぎ ぎゆうにゆう 大津産麦ごはん 牛乳 いかのから揚げ ぶたにく いた う まめじる 豚肉とかんぴょうのマヨ炒め 打ち豆汁	麦ごはん でん粉 なたね油 マヨネーズ	牛乳 むらさきいか 豚肉 打ち豆(大豆) 油揚げ みそ	しょうが 青ねぎ かんぴょう こまつな たまねぎ 赤こんにゃく	酒 しょうゆ 塩 こしょう 煮干し	614kcal 26.1g 22.2g
24 金	おおつさんむぎ ぎゆうにゆう から 大津産麦ごはん 牛乳 ピリ辛もやし* いそべ あ ちくわの磯辺揚げ☆ 豚汁	麦ごはん 三温糖 上新粉 なたね油 じゃがいも	牛乳 焼き竹輪 あおのり 豚肉 豆腐 みそ	りょくとうもやし にんじん たまねぎ ぶなしめじ 青ねぎ	トウバンジャン しょうゆ みりん 塩 煮干し	550kcal 19.6g 18.0g
27 月	【おすすめカレー・残さず食べようデー】 おおつさんむぎ 大津産麦ごはん のむヨーグルト(A) あおやましようがっこう フランクフルト 青山小学校おすすめカレー かんきつ だいこんサラダ・柑橘ドレッシング	麦ごはん なたね油 柑橘ドレッシング じゃがいも 米粉マカロニ カレールウ	のむヨーグルト (A) フランクフルト 牛肉 みそ	だいこん カラーピーマン たまねぎ にんじん さやえんどう キャベツ	カレー粉 ウスターソ ス ケチャップ こしょう 塩	599kcal 18.2g 15.8g
28 火	おおつさんむぎ ぎゆうにゆう 大津産麦ごはん 牛乳 とりにく や 鶏肉のオイスターマヨ焼き* ぶたにく ちゅうかうらうに 豚肉の中華風煮 ゼリー(ライチー)	麦ごはん マヨネーズ なたね油 でん粉 ゼリー(ライチー)	牛乳 鶏肉 豚肉 蒸しかまぼこ	だいこん はくさい たけのこ にんじん チンゲンサイ	酒 塩 しょうゆ オイスターソース みりん 中華スープ	581kcal 29.4g 16.4g
29 水	ぎゆうにゆう ぶたにく あか コッペパン 牛乳 豚肉の赤ワインソテー かぼちゃのコンソメサラダ きのこのブラウンシチュー	コッペパン 三温糖 なたね油 じゃがいも ハヤシルウ	牛乳 豚肉	にんにく かぼちゃ えだまめ たまねぎ にんじん エリンギ マッシュルーム ぶなしめじ	塩 こしょう 赤ワイン コンソメ しょうゆ ケチャップ ウスターソース	615kcal 27.2g 22.9g
30 木	おおつさんむぎ ぎゆうにゆう 大津産麦ごはん 牛乳 とりにく 鶏肉のチリソースがけ のっぺい汁 こまつな もやしと小松菜のおかかあえ	麦ごはん でん粉 なたね油 三温糖 じゃがいも	牛乳 鶏肉 花かつお 厚揚げ	しょうが にんにく たまねぎ こまつな りょくとうもやし こんにゃく ふき にんじん	酒 しょうゆ トウバンジャン ケチャップ みりん 塩 出しこんぶ けずりぶし	594kcal 26.2g 17.8g
31 金	おおつさんむぎ ぎゆうにゆう 大津産麦ごはん 牛乳 あ たらのから揚げ はるさめの炒め物 とりにく したる 鶏肉とだいこんのみそ汁	麦ごはん でん粉 なたね油 はるさめ 三温糖 じゃがいも	牛乳 たら 豚肉 鶏肉 豆腐 みそ	りょくとうもやし にんじん だいこん えのきたけ 青ねぎ	酒 塩 こしょう しょうゆ 煮干し	571kcal 24.8g 17.6g

☆ 24日(金) ちくわの磯辺揚げ 小学生は低学年・中学年:1個、高学年:2個です。 *は、新しい料理などです。お楽しみに・・・

※ 材料等の都合で献立を変更することがありますのでご了承ください。

※ エネルギー、たんぱく質、脂質の値は小学校3・4年生の一日当たりの栄養量です。

★こんだてから

7日 「鶏肉の佐那河内村揚げ」は、徳島県有数のすだち産地で知られる佐那河内村の郷土料理です。鶏肉のから揚げにすだち果汁のたれをかけた料理で、給食では、徳島県のもう一つの特産物であるゆずを使ってアレンジして、提供します。

27日 青山小学校おすすめカレーは、昨年度の6年生が考えてくれました。隠し味にみそを使っているのがポイントです。

・・・保護者の方へお願い・・・

皆様からいただいております学校給食費は、すべて食材の購入費となっています。

毎月の学校給食費は期日までにお支払いいただきますようお願いいたします。

5月分の口座振替日は6月28日(金)です。

納付予定額は、小学校5,040円です。ただし、学校行事等により変更となる場合があります。

●18歳以下の第3子以降の給食費免除申請を受付しています。詳しくは市HPをご確認下さい。