

令和6年度 5月分		小学校給食予定献立表(鴻巣市立鴻巣中央小学校)				鴻巣市教育委員会
日曜	献立名	食品の種類				エネルギー kcal
		エネルギーのもとになる(黄)	体を動かすもとになる(赤)	体の調子を整えるもとになる(緑)	調味料	
1 水	牛乳		牛乳			624
	ツイストパン	小麦粉				
	鶏肉のバーベキューソース	砂糖	鶏肉	玉ねぎ こんにゃく すりおろしりんご ブロッコリー サラダこんにゃく キャベツ	塩 こしょう 白ワイン トマトピューレ クミンパウダー しょう油	28.3
	ブロッコリーサラダ				フレッシュ	18%
2 木	牛乳		牛乳			703
	たけのこごはん	米 油 砂糖	鶏肉 油揚げ	にんじん たけのこ	しょう油 塩	
	かつおフライ	油	かつおフライ		中濃ソース	27.8
	キャベツのみそ汁		豆腐 みそ	キャベツ にんじん 玉ねぎ	かつおだし	16%
7 火	牛乳		牛乳			585
	ごはん(こうのり塩飯米)	米				
	さわらの西京焼き		さわらの西京漬け			24.9
	切り干しだいこんサラダ			切り干しだいこん きゅうり もやし にんじん	フレッシュ	17%
8 水	牛乳		牛乳			612
	大山おこわ (鳥取県の郷土料理)	米 もち米 砂糖	鶏肉 油揚げ	山菜モリスわらび みずな えのきだけ 大・なめこ たけのこ にんじん たけのこ 干しいたけ	みりん 酒 しょう油 塩	
	厚焼き卵		厚焼き卵			26.4
	肉だんご汁		肉だんご 豆腐 みそ	ごぼう だいこん にんじん 玉ねぎ	かつおだし	17%
9 木	牛乳		牛乳			586
	食パン	小麦粉				
	いちごジャム	いちごジャム				
	ポークビーンズ	じゃがいも 油 砂糖	豚肉 大豆	玉ねぎ にんじん しめじ こんにゃく トマト	クetchup ウスターソース パン粉 スープストック 塩 こしょう 醤油	27.4
10 金	牛乳		牛乳			663
	パンケーキ (長崎県の郷土料理)	卵 小麦粉 油 でんぷん	豚肉 えび いちご さつまいも	しょうが コーン にんじん キャベツ もやし	バター しょう油 塩 こしょう	
	ひじきの中華炒め	ごま油	ひじき 鶏肉	にんじん たけのこ こんにゃく ビーマン しょうが こんにゃく	中華だし 酒 豆板醤 しょう油 こしょう	27.4
	抹茶蒸しパン	ホットケーキミックス粉 バター 砂糖	抹茶 牛乳		抹茶	17%
13 月	牛乳		牛乳			614
	コーンポタージュ	米 バター 油	ウインナー	にんじん 玉ねぎ コーン ビーマン マッシュルーム	塩 こしょう スープストック 白ワイン	
	きびなごがかり焼き(低2・高3)		きびなごがかり			23.0
	キャロットスープ	油 小麦粉 じゃがいも	ベーコン 牛乳	玉ねぎ にんじん ベーコン パセリ	スープストック 塩 こしょう	15%
14 火	牛乳		牛乳			606
	ごはん	米				
	赤魚の塩こうじ焼き		赤魚の塩こうじ漬け			30.6
	大豆の佃煮	砂糖 油	鶏肉 油揚げ 大豆 ひじき	ごぼう にんじん こんにゃく	しょう油 みりん	20%
15 水	牛乳		牛乳			585
	食パン	小麦粉				
	ハンバーグ	砂糖	ハンバーグ		クetchup 中濃ソース 赤ワイン	24.1
	ポイルキャベツ			キャベツ	塩	16%
16 木	牛乳		牛乳			643
	カレーライス	米				
	海藻サラダ	じゃがいも 油 バター 小豆粉	豚肉 スキムミルク	しょうが にんにく 玉ねぎ にんじん すりおろしりんご 炒め玉ねぎ	カレー粉 スープストック クetchup ウスターソース こしょう 塩	23.3
	チーズ		チーズ			14%
17 金	牛乳		牛乳			669
	新玉ねぎのうま塩うどん	地粉うどん				
	鶏肉とポテトの甘辛揚げ	油 ごま油	鶏肉	にんじん 玉ねぎ おろし しめじ	バター かつおだし すりおろししょう油 みりん 塩 こしょう 酒	26.1
	冷凍みかん				蜜 しょう油	16%

日曜	献立名	食品の種類				エネルギー kcal
		エネルギーのもとになる(黄)	体を動かすもとになる(赤)	体の調子を整えるもとになる(緑)	調味料	
20 月	牛乳		牛乳			609
	ひき肉ともやしのおんか井	米				
	五目スープ	砂糖 油 ごま油 でんぷん	豚肉	しょうが にんにく もやし ビーマン にんじん 玉ねぎ こんにゃく 揚げ豆腐	中華だし しょう油	27.6
	冷肉パイン				パイン	18%
21 火	牛乳		牛乳			593
	深川飯 (東京都の郷土料理)	米 砂糖 油	あじ	しょうが にんじん ごぼう さしいいんげん	酒 しょう油 塩	
	いゆのかりん揚げ(低1・高2)	油 砂糖	いゆでんぷん付き	しょうが	酒 しょう油	30.3
	呉汁 (埼玉県郷土料理)		大豆 豆腐 みそ	にんじん だいこん ねぎ	かつおだし	20%
22 水	牛乳		牛乳			590
	ごはん	米				
	あじのねぎ香り漬		あじのねぎ香り漬			30.0
	土佐煮 (高知県郷土料理)	油 砂糖	豚肉 かつお節	こんにゃく たけのこ にんじん さしいいんげん	しょう油 みりん 酒	20%
23 木	牛乳		牛乳			595
	はちみつパン	はちみつ				
	鶏肉のバリエージュ	油	鶏肉 生クリーム	しょうが 玉ねぎ トマト ビーマン にんにく	パン粉 しょう油 スープストック 塩 こしょう 赤ワイン	27.5
	コーンポテト	油 じゃがいも		コーン	塩 こしょう	18%
24 金	牛乳		牛乳			629
	ごはん	米				
	厚揚げのキムチ炒め物	油 砂糖 でんぷん	豚肉 厚揚げ	しょうが ねぎ にんにく ほうちんぎょ にんじん 玉ねぎ たら	酒 オイスターソース しょう油	27.5
	ワンタンスープ		ワンタンの皮 ごま油	豚肉	にんじん キャベツ もやし ねぎ しょうが	中華だし 塩 しょう油
27 月	牛乳		牛乳			590
	くまの五目ごはん	米 砂糖 ノン脂肪マーガリン	鶏肉	にんじん しめじ 枝豆 たけのこ ごぼう	酒 塩 しょう油	
	メンチカツ	油	メンチカツ		中濃ソース	22.7
	かき玉汁		かき玉汁		しょう油 塩 かつおだし	15%
28 火	牛乳		牛乳			612
	しょうゆラーメン	ホット中華めん				
	春巻	油	豚肉 なたね	にんじん もやし ねぎ たけのこ にんにく	醤油 しょう油 こしょう	25.7
	千草炒め	油 醤油 ごま 砂糖	ラム	にんじん キャベツ	しょう油 酢	17%
29 水	牛乳		牛乳			696
	ハヤシライス	米				
	オムレツ	じゃがいも 油 ハヤシラク 砂糖	豚肉 スキムミルク	にんにく しょうが 玉ねぎ にんじん	トマトピューレ クetchup コンマ 赤ワイン 中濃ソース 塩 こしょう	22.6
	アセロラポチ		アセロラ		パイン 黄桃 こんにゃく(ライスレモン)	13%
30 木	牛乳		牛乳			589
	こどもパン	こどもパン				
	スリゲティンゴレ	油 スリゲティ	ベーコン あじ チーズ	にんにく 玉ねぎ にんじん しめじ パセリ	白ワイン スープストック 塩 こしょう	28.3
	チキンナゲット(低1・高2)		チキンナゲット		キャベツ きゅうり 赤パプリカ コーン	19%
31 金	牛乳		牛乳			615
	ごはん	米				
	カレイの竜田揚げ	油	カレイの竜田揚げ			26.0
	切り昆布の煮物	砂糖 ごま油	すり昆布 さつまいも	にんじん 干しいたけ こんにゃく	酒 しょう油 塩	17%
玉ねぎのみそ汁	じゃがいも	油揚げ みそ	玉ねぎ		かつおだし	
はしは毎日 忘れずに持ってきてましょう		給食回数 21回	学校給食摂取基準	エネルギー 650 kcal たんぱく質 摂取エネルギーの13~20%	5月平均摂取量 619 kcal 26.5g(17.1%)	

*材料入荷の都合により変更になることがあります。アレルギー食品については表示していませんが、加工食品等で使用されている場合がありますのでご注意ください。

豚肉: 埼玉県 鶏肉: 埼玉県 こんにゃく: 徳島県 玉ねぎ: 北海道 じゃがいも: 鹿児島県 キャベツ: 愛知県 ビーマン: 愛知県 ねぎ: 埼玉県 せり: 愛知県 ごぼう: 青森県 だいこん: 千葉県 もやし: 栃木県 たら: 群馬県

立春の日から八十八日目を「八十八夜(はちじゅうはちや)」といいます。八十八夜は、種まきや田植え、お茶を摘むなど、春の農作業が行われる時期で、農作業をする人には大切な日とされています。

今年(令和6年)は5月1日(水)が八十八夜にあたります。この時期に摘まれたお茶は「新茶」または「一番茶」といい、栄養が豊富でおいしいといわれています。また、うまみがあり、香りも良いのが特徴です。