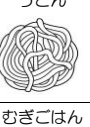
















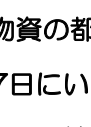
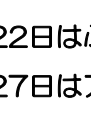


# 令和6年 5月 献立表

東伊豆町立学校給食センター

日	予定献立		主に 体をつくる (赤色の食品)		主に 熱や力のもと (黄色の食品)		主に 体の調子を整える (緑色の食品)		幼稚園	稲取小	熱川小	稲取中	熱川中	エネルギー 上:幼稚園 中:小学校 下:中学校
1 水		牛乳 ツナコロッケ ほうれんそうのソテー カレーうどん	ぎゅうにゅう	うどん										385
			ツナ	じゃがいも さとう あぶら こむぎこ パンこ こめこ			たまねぎ							612
			ベーコン	バター			ほうれんそう しめじ コーン							792
2 木		牛乳 キャベツのやきにくふう もやしときゅうりのナムル はるさめスープ	ぎゅうにゅう	こめ むぎ										296
			ふたにく	ごま さとう あぶら かたくりこ			キャベツ にんじん ビーマン にんにく しょうが							559
				ごまあぶら			きゅうり もやし しょうが にんにく							686
3 金 6 月	憲法記念日 振替休日													
7 火		牛乳 いわしのかば焼き やさしいツナあえ わかたけじる かしわもち	ぎゅうにゅう	こめ むぎ										406
			いわし	でんぶん さとう あぶら										668
			ツナ	さんおんとう			ほうれんそう キャベツ							805
8 水		牛乳 あげぎょうざ ピリカラサラダ ちゅうかふうあんかけ	ぎゅうにゅう	ちゅうかめん										385
			とりにく ふたにく まぐろ だいす	パンこ ごまあぶら こむぎこ あぶら			キャベツ にら にんにく						638	
				あぶら さとう ごまあぶら			キャベツ きゅうり にんじん しょうが にんにく						785	
9 木		牛乳 ハヤシライスソース スパシーまめ コールスローサラダ	ぎゅうにゅう	こめ むぎ										437
			ふたにく	あぶら バター			たまねぎ にんじん にんにく						765	
			だいす	かたくりこ あぶら										953
10 金		牛乳 しょうがいため ごまあえ みせけんちんじる	ぎゅうにゅう	こめ むぎ										351
			ふたにく	あぶら			にんじん たまねぎ もやし しょうが						642	
				さとう ごま			ほうれんそう もやし						792	
13 月		牛乳 おこのみあげ ポイルやさい ごまドレッシング オニオンスープ	ぎゅうにゅう	マーガリンパン										378
			ウイナー いか	じゃがいも さとう かたくりこ あぶら										719
							キャベツ もやし きゅうり						919	
14 火		牛乳 たけのことふたにくのみそいため おひたし すましじる りんごゼリー	ぎゅうにゅう	こめ むぎ										332
			ふたにく	ごまあぶら			キャベツ にんじん にんにく						604	
				ごま さとう			ほうれんそう もやし						741	
15 水		牛乳 ミートソース ごまドレッシングあえ ニューサマーオレンジ	ぎゅうにゅう	ソフトめん										336
			ふたにく	あぶら こむぎこ さとう バター			にんじん たまねぎ						629	
				さんおんとう あぶら ごま			ほうれんそう キャベツ コーン						783	
16 木		牛乳 あじのひものすあげ いそあえ とんじる	ぎゅうにゅう	こめ むぎ										312
			あじ	あぶら										667
			のり	ごま			キャベツ ほうれんそう						800	
17 金		牛乳 マーボー豆腐 パンサンスウ ポークパオズ	ぎゅうにゅう	こめ むぎ										431
			ふたにく とうふ	さとう かたくりこ あぶら			たまねぎ にんじん しいたけしょうが にんにく						726	
				はるさめ	さんおんとう ごまあぶら			きゅうり にんじん キャベツ もやし					880	
20 月		牛乳 てりやきチキン ごぼうサラダ ミネストローネ みかんジャム	ぎゅうにゅう	しよくパン										281
			とりにく	さとう			しょうが						642	
				ツナ	マヨネーズ			ごぼう きゅうり にんじん					794	
21 火		牛乳 あつあげのチリソース ナムル ワンタンスープ	ぎゅうにゅう	こめ むぎ										345
			あつあげ	かたくりこ さとう あぶら			ねぎ しょうが にんにく						637	
				さんおんとう あぶら ごまあぶら			もやし にんじん キャベツ ほうれんそう						788	
22 水		牛乳 くろはんぺんフライ ゆかりあえ きつねじる	ぎゅうにゅう	うどん										391
			いわし たまご あおさ	こむぎこ パンこ かたくりこ あぶら さとう			たまねぎ しょうが						608	
							キャベツ もやし きゅうり しそ						741	
23 木		牛乳 チキンカレー コーンサラダ フルーツミックス	ぎゅうにゅう	こめ むぎ										458
			とりにく	じゃがいも あぶら こむぎこ			たまねぎ にんじん にんにく						790	
				さとう あぶら			キャベツ コーン レモン						987	
24 金		牛乳 とりのからあげ しおこんぶあえ みそしる	ぎゅうにゅう	こめ むぎ										422
			とりにく	かたくりこ あぶら			にんにく						703	
				こんぶ			キャベツ きゅうり にんじん						863	
27 月		牛乳 さかなのマヨネーズやき フレンチサラダ にくだんごスープ	ぎゅうにゅう	こくとうパン										330
			ホキ ぎゅうにゅう	マヨネーズ パンこ			たまねぎ コーン マッシュルーム パセリ						627	
				さんおんとう あぶら			にんじん キャベツ きゅうり コーン						787	
28 火		牛乳 にくじゃが からしあえ バナナ	ぎゅうにゅう わかめ	こめ むぎ										345
			ふたにく しらたき かつおぶし	じゃがいも あぶら さとう			にんじん たまねぎ						679	
				さとう			にんじん ほうれんそう キャベツ						825	
29 水		牛乳 はるまき キムチあえ しょうゆラーメンスープ	ぎゅうにゅう	ちゅうかめん										370
			はるさめ とりにく	こむぎこ でんぶん さとう あぶら			たけのこ たまねぎ にんじん キャベツ しいたけ						613	
				こんぶ			キャベツ きゅうり だいこん トマト にんにく しょうが りんご						746	
30 木		牛乳 まつかさやき こうみあえ いなとりふうけんちんじる	ぎゅうにゅう	こめ むぎ										366
			ふたにく とりにく たまご	さとう ごま			ねぎ						661	
				かつおぶし	ごま さんおんとう ごまあぶら			ほうれんそう キャベツ					820	
31 金		牛乳 チンジャオロース ちゅうかサラダ ワンタンスープ	ぎゅうにゅう	こめ むぎ										334
			ふたにく	さとう かたくりこ ごまあぶら			ピーマン たけのこ にんにく						624	
				さとう ごまあぶら			にんじん もやし						770	

5月の給食実施回数(△印の上に記載の学年は無し)

20 19 21 20 19

\* 物資の都合により、献立を変更する場合があります。\* 削り節にはさば、いわし、かつお、まぐろを含みます。

\* 7日にいわし、16日にあじ、27日にホキが出ます。骨に気を付けて食べましょう。

\* 7日は端午の節句献立です。縁起の良い食べ物であるタケノコや、かしわもちが出ます。

\* 22日はふるさと給食です。静岡県の郷土食である黒はんぺんと、東伊豆町の豆腐屋さんの油揚げたっぶりのきつね汁が出ます。

\* 27日はアスリート献立です。成長期に必要なたんぱく質とカルシウムを多く含んだ献立です。



1ヵ月平均	幼稚園	小学校 中学年	中学校
エネルギー(kcal)	366	658	812
たんぱく質(g)	13.3	25.5	30.7
脂質(g)	9.3	20.8	24.6
食塩(g)	1.4	2.2	2.9