



2020年<sup>ねん</sup>5月<sup>がつ</sup>

きゅうしょくこんだてよていひょう

給食献立予定表



瀬戸内市長船学校給食調理場

| 日付   | 献立名                         | 主 材                      |                           |   | 上段：エネルギー(kcal)   |             |             |
|------|-----------------------------|--------------------------|---------------------------|---|--|-------------|-------------|
|      |                             | 体をつくるもとになる               | 体の調子をととのえる                | エネルギーのもとになる   | 小学校  | 中学校         |             |
|      |                             |                          |                           |   |  |             |             |
|      |                             |                          |                           |   |  |             |             |
|      |                             |                          |                           |   |  |             |             |
|      |                             |                          |                           |   |  |             |             |
|      |                             |                          |                           |   |  |             |             |
|      |                             |                          |                           |   |  |             |             |
|      |                             |                          |                           |   |  |             |             |
|      |                             |                          |                           |   |  |             |             |
|      |                             |                          |                           |   |  |             |             |
|      |                             |                          |                           |   |  |             |             |
|      |                             |                          |                           |   |  |             |             |
|      |                             |                          |                           |   |  |             |             |
|      |                             |                          |                           |   |  |             |             |
|      |                             |                          |                           |   |  |             |             |
|      |                             |                          |                           |   |  |             |             |
|      |                             |                          |                           |   |  |             |             |
|      |                             |                          |                           |   |  |             |             |
|      |                             |                          |                           |   |  |             |             |
|      |                             |                          |                           |   |  |             |             |
| 27 水 | ハヤシライス<br>柑橘ドレッシングサラダ       | 牛乳<br>大豆                 | 牛肉                        | にんにく<br>にんじん<br>たまねぎ<br>マッシュルーム<br>トマト水煮<br>ブロッコリー<br>ピーマン<br>キャベツ  | 米<br>小麦<br>じゃがいも<br>ハヤシルウ(卵・乳無)<br>柑橘ドレッシング(卵・乳無)<br>だいこん<br>さとう | 638<br>22.2 | 765<br>25.7 |
| 28 木 | きつねうどん<br>みそマヨネーズあえ         | 牛乳<br>とり肉<br>わかめ<br>ちりめん | 油揚げ<br>かまぼこ<br>ちくわ<br>白みそ | たまねぎ<br>にんじん<br>キャベツ<br>とうもろこし                                      | うどん<br>さとう<br>ノイック マヨネーズ(乳・卵無)                                   | 615<br>24.5 | 831<br>32.5 |
| 29 金 | 焼きとりのあんかけどんぶり<br>ナムル みかんゼリー | 牛乳<br>ポークハム              | とり肉                       | しょうが<br>にんにく<br>干しいたけ<br>にんじん<br>たまねぎ<br>キャベツ<br>えだ豆<br>ほうれん草<br>ねぎ | 米<br>小麦<br>さとう<br>ごま油<br>でんぷん<br>ごま<br>もやし<br>しょうが<br>みかんゼリー     | 610<br>26.4 | 723<br>30.8 |

※都合により、献立の内容を変更する場合があります。  
 ※○印の日は、瀬戸内市基本献立です。  
 ※瀬戸内市のHPに、献立表と使用した食材の産地を掲載しています。