

5月のこんだて表

★ぎゅうにゅうは、毎日つきます！（小学校用）＊砂川市学校給食センター

献立			材料			献立			材料			献立			材料				
日	曜		日	曜		日	曜		日	曜		日	曜		日	曜			
★	1	ごはん	こめ	★	ごはん	こめ	・日にちの前に★のマークがついている日は、スプーンがつきます。 ・お箸は毎日持参をしてください。毎日洗って清潔なものを使いましょう。 ・都合により献立の一部を変更することがあります。ご了承ください。 ・献立表の中で作ってみたいメニューがあればお気軽に給食センターまで連絡してください。 152-2229 ～卵（●マーク）について～ 8日「春雨のスープ」、18日「ポテトスープ」、25日「ミートボールスープ」、29日「中華スープ」の卵は、スープの原材料に含まれています。 26日「カレーライス」の卵は、調味料の原材料に含まれています。 含まれているアレルギー物質は、次のマークで示しています。 卵・・・● えび、かに、ホタテ、かき貝・・・△ 牛乳、乳製品・・・■ ナッツ・・・▲ チョコレート・・・○ パイン・・・※ 小麦粉・・・# こま・・・ロ ～パンについておしらせ～ 高病原性鳥インフルエンザの発生拡大に伴い、5月から当面の間、鶏卵を使用しないでパンを製造することとなりました。パンに卵●マークの表示はありません。原材料としては鶏卵を使用していませんが、食品を製造する際に、意図せずに鶏卵が混入する場合はあります。（コンタミネーションあります）										2	#■□△スープカレー	とりにく、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、キャベツ、しめじ、だいず、しょうが、にんにく、おろしりんご、ヨーグルト、バター、トマト、こむぎ、ぶたにく、どうもろこしペースト、かぼちゃパウダー、こま、あかひーまん、かきじる、かつおエキス、まぐろエキス、いわしエキス、こんぶエキス
		#ぶりフライ	ぶり、こむぎ、だいず		こいのぼりハンバーグ	とりにく、たまねぎ、ぶたにく、にんにく、しょうが、トマトペースト、だいず													
		(月) パックソース	りんご、トマト、にんじん		(火)	#■フロッコリーサラダ												ブロッコリー、コーン、ハム、ナチュラルチーズ、たまねぎ、あかひーまん、にんにく、しょうが、しいたけ、こむぎ、だいず、りんご、とりにく、ぶたにく、ブルー、かつおぶしエキス	
		25日	646		#だいこんのそぼろに	だいこん、ぶたひきにく、にんじん、さやいんげん、こむぎ、だいず												25日	760
26日	26.0	26日	32.8	26日			26.0	26日	26.0										
★	8	ごはん（ガパオライス）	こめ	★	9	#●おやこうどん	うどん、たまねぎ、とりにく、けいらん、ほうれんそう、ちくわ、にんじん、ながねぎ、ほししいたけ、こむぎ、だいず、こんぶ、かつお、まぐろぶし	10	ごはん	こめ	★	■#ココアパン	にゅう、こむぎ、ココア	12	ごはん	こめ			
		#●はるさめのスープ	はるさめ、たけのこ、たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、ベーコン、ほししいたけ、とりにく、けいらん、こむぎ、だいず、ぶたにく、ぎゅうにく、ゼラチン			#■△はくさいのクリームスープ	とりにく、たまねぎ、はくさい、にんじん、エリンギ、ぎゅうにゅう、バター、パセリ、とりにく、チーズ、こむぎ、だいず、バター、ほたてエキス、だっしふんにゅう		わかめとながねぎのみそじる	わかめ、とうふ、だいこん、えのきだけ、にんじん、あぶらあげ、ながねぎ、だいず、にぼし、かつお・まぐろエキス、あさりエキス、こんぶエキス									
		#やさいコロッケ	じゃがいも、こむぎ、だいず、にんじん、たまねぎ、とうもろこし、いんげん			#■ハムチーズカツサンド	ぶたにく、とりにく、だいず、たまねぎ、チーズ、こむぎ		#●とうふのそぼろあんづつみ	たまねぎ、にんじん、えだまめ、とうにゅう、たら、だいず、けいらん、とりにく、こむぎ、かつおエキス、こんぶエキス、しいたけ									
		(月) パックソース	りんご、トマト、にんじん			(火)	#■□にくまん		キャベツ、たまねぎ、あおねぎ、とりにく、ぶたにく、だいず、こむぎ、にんにく、こま、しょうが、にゅう	#□こまつなとツナのサラダ		もやし、キャベツ、こまつな、にんじん、まぐろ、こま、こむぎ、だいず、こめ、こまあぶら	(金)		#□△やきにくに	ぶたにく、たまねぎ、もやし、にんじん、ながねぎ、しょうが、にんにく、だいず、かきじる、あさりエキス、こむぎ、だいず、こまあぶら			
25日	610	#□△ガパオライスのぐ	ぶたひきにく、とりひきにく、だいず、たまねぎ、ひーまん、にんじん、エリンギ、にんにく、しょうが、こまあぶら、こむぎ、だいず、かきじる、あさりエキス、ぶたにく、ぎゅうにく、とりにく、ゼラチン、いわしエキス、えびエキス、かにエキス	25日	611	▲アーモンドフィッシュ	アーモンド、かたくちいわし	25日	642	#にくじゃが	ぶたにく、じゃがいも、たまねぎ、しらたき、にんじん、さやいんげん、こむぎ、だいず	25日	629	#□こまつなとツナのサラダ	もやし、キャベツ、こまつな、にんじん、まぐろ、こま、こむぎ、だいず、こめ、こまあぶら	25日	647	#□△やきにくに	ぶたにく、たまねぎ、もやし、にんじん、ながねぎ、しょうが、にんにく、だいず、かきじる、あさりエキス、こむぎ、だいず、こまあぶら
26日	22.7			26日	29.1			26日	27.4			26日	28.0			26日	28.6		
★	15	ごはん	こめ	★	ごはん	こめ	17	ごはん	こめ	★	■#メロンパン	にゅう、こむぎ	★	すめし（こぎつねごはん）	こめ				
		#いもだんごじる	いももち（じゃがいも）、とりにく、だいこん、ごぼう、ながねぎ、ほうれんそう、にんじん、ほししいたけ、こむぎ、だいず、こんぶ、かつおぶし		●#こまつなとえのきのちゅうかたまごスープ	ベーコン、けいらん、たまねぎ、こまつな、えのきだけ、にんじん、こめ、とりにく、ぶたにく、ぎゅうにく、だいず、ゼラチン		とうふのみそじる	とうふ、たまねぎ、ながねぎ、にんじん、あぶらあげ、だいず、にぼし、かつお・まぐろエキス、あさりエキス、こんぶエキス		●#ポテトスープ	じゃがいも、キャベツ、たまねぎ、にんじん、えだまめ、ベーコン、とりにく、けいらん、こむぎ		ぐだくさんじる	とうふ、だいこん、こんにゃく、ごぼう、にんじん、こまつな、ながねぎ、だいず、にぼし、かつお・まぐろエキス、あさりエキス、こんぶエキス				
		#いわしのしょうがに	いわし、こむぎ、だいず、しょうが		#△□ひじきはるまき	たけのこ、人参、ぶたにく、ひじき、だいず、こまあぶら、こむぎ、かきじる		#てりやきチキン	とりにく、こむぎ、だいず		#■□ラザニア	ぎゅうにゅう、トマト、こむぎ、ぎゅうにく、だいず、ぶたにく、りんご、とりにく、こま、たまねぎ、にんじん、バター、にんにく、チーズ		●#■チーズはんぺんフライ	たら、チーズ、けいらん、だいず、こむぎ				
		(月) #ぶたにくとつきこんのみそいため	ぶたにく、こんにゃく、たまねぎ、しめじ、にんじん、さやいんげん、しょうが、だいず、こむぎ、だいず		(火)	#△どうふのオイスターソースに		とうふ、ぶたにく、にんじん、たまねぎ、ほししいたけ、しょうが、にんにく、かきじる、あさりエキス、こむぎ、だいず	#□ごもくはるさめ		はるさめ、ぶたにく、キャベツ、たまねぎ、にんじん、にら、ほししいたけ、こむぎ、だいず、こまあぶら	#■□ラザニア		ぎゅうにゅう、トマト、こむぎ、ぎゅうにく、だいず、ぶたにく、りんご、とりにく、こま、たまねぎ、にんじん、バター、にんにく、チーズ	(金)	#こぎつねごはんのぐ	とりひきにく、あぶらあげ、にんじん、こむぎ、だいず		
25日	602	ふりかけ	かつおぶし、まっちゃん、のり、しいたけエキス	25日	633	#△どうふのオイスターソースに	とうふ、ぶたにく、にんじん、たまねぎ、ほししいたけ、しょうが、にんにく、かきじる、あさりエキス、こむぎ、だいず	25日	613	#□ごもくはるさめ	はるさめ、ぶたにく、キャベツ、たまねぎ、にんじん、にら、ほししいたけ、こむぎ、だいず、こまあぶら	25日	581	#□△ごまサラダ	キャベツ、もやし、きゅうり、にんじん、こま、だいず、ぶたにく、とりにく、こむぎ、こんぶエキス、かきじる、かつおエキス、にんにくパウダー	25日	690	#こぎつねごはんのぐ	とりひきにく、あぶらあげ、にんじん、こむぎ、だいず
26日	26.6			26日	24.0			26日	28.5			26日	21.2			26日	25.3		
★	22	ごはん	こめ	★	23	#□△みそラーメン	ラーメン、ぶたにく、つと、しょうが、にんにく、もやし、たまねぎ、はくさい、にんじん、たけのこ、ながねぎ、こま、とりにく、こまあぶら、だいず、かきじる、こむぎ	24	ごはん	こめ	★	■#こめこパン	にゅう、こむぎ、こめ	★	■#●□カレーライス（チキンカツカレー）	こめ、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、セロリ、とりにく、にんにく、しょうが、ぎゅうにゅう、とうにゅう、バター、トマト、だいず、こむぎ、けいらん、りんご、だっしふんにゅう、チーズ、パナナペースト、ココア、はちみつ、こんぶエキス、こま、ぶたにく			
		●#ちゅうかコーンスープ	ベーコン、にんじん、コーン、けいらん、たまねぎ、こまあぶら、とりにく、ぶたにく、ぎゅうにく、だいず、ゼラチン			はくさいのみそじる	はくさい、こまつな、あぶらあげ、にんじん、だいず、にぼし、かつお・まぐろエキス、あさりエキス、こんぶエキス		●#ミートボールスープ	キャベツ、たまねぎ、ミートボール（とりにく、たまねぎ、ぶたにく、だいず）えのきだけ、にんじん、とりにく、けいらん、こむぎ		#チキンカツ	とりにく、だいず、こむぎ						
		□にくだんご	とりにく、たまねぎ、ぶたにく、ぎゅうにく、だいず、トマト、りんご、こま			#■すながわボークチャップスペシャル	ぶたにく、チーズ、トマト、たまねぎ、りんご、レモンかじゅう、だいず、こむぎ		#しろみざかなのフライ	ホキ、こむぎ、だいず		#チキンカツ	とりにく、だいず、こむぎ						
		(月) □にくだんご	とりにく、たまねぎ、ぶたにく、ぎゅうにく、だいず、トマト、りんご、こま			(火)	#□△ぎょうざ		キャベツ、こむぎ、とりにく、ぶたにく、たまねぎ、にら、だいず、こまあぶら、こむぎ、かきじる	(水)					パックソース	りんご、トマト、にんじん	(金)		
25日	584	#□ひきにくとキャベツのピリからいため	ぶたひきにく、キャベツ、たけのこ、ながねぎ、にんじん、しょうが、にんにく、だいず、こむぎ、こまあぶら、トマトエキス、たまねぎエキス	25日	655	●#■はうじゅくドック	けいらん、こむぎ、チーズ、だっしふんにゅう	25日	607	#ひじきとだいずのもの	とりにく、こんにゃく、さつまあげ、にんじん、ひじき、だいず、こむぎ	25日	595	#■コーンバター	コーン、ベーコン、さやいんげん、バター、とりにく、だいず、こむぎ、オニオンパウダー	25日	725	#アスパラサラダ	アスパラ、キャベツ、にんじん、コーン、ハム、たまねぎ、あかひーまん、にんにく、しょうが、しいたけ、こむぎ、だいず、りんご、とりにく、ぶたにく、ブルー、かつおぶしエキス
26日	24.1			26日	28.8			26日	29.1			26日	21.4			26日	23.4		
★	29	ごはん	こめ	★	30	■#スパゲッティミートソース	スパゲッティ、たまねぎ、ぶたひきにく、にんじん、だいず、ひーまん、エリンギ、トマト、ナチュラルチーズ、とりにく、にんにく、しょうが、ぎゅうにく、こむぎ	31	ごはん	こめ	★	今月の平均栄養量 （）内の数字は基準栄養所要量 エネルギー637kcal（650） たんばく質26.8g（21.1～32.5） 脂質23.5g（14.5～21.5） 塩分2.7（2.0） カルシウム393mg（350） 鉄分3.0mg（3.0） 食物繊維4.1g（4.5）			～砂川産の米粉を使用する日～ 25日（木）米粉パン 31日（水）鮭の竜田揚げ				
		#□ビビンバどん	こめ、ぶたひきにく、とりひきにく、だいず、にんにく、しょうが、もやし、きりほしだいこん、ほうれんそう、こまつな、にんじん、こま、こむぎ、こまあぶら			こまつなとじゃがいものみそじる	こまつな、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、あぶらあげ、だいず、にぼし、かつお・まぐろエキス、あさりエキス、こんぶエキス		#さけのたつたあげ（こめこあげ）	さけ、こむぎ、だいず、しょうが、こめ									
		#●ちゅうかスープ	はるさめ、もやし、たまねぎ、にんじん、わかめ、ベーコン、ほししいたけ、とりにく、けいらん、こむぎ、だいず、ぶたにく、ぎゅうにく、ゼラチン			※フルーツあえ	もも、みかん、パイン												
		(月) #かためきチーズ	チーズ			(火)	こざかな		かたくちいわし	#□ごもくきんぴら								ごぼう、しらたき、にんじん、さやいんげん、さつまあげ、こま、こまあぶら、こむぎ、だいず	
25日	684	#かためきチーズ	チーズ	25日	633	こざかな	かたくちいわし	25日	587	#□ごもくきんぴら	ごぼう、しらたき、にんじん、さやいんげん、さつまあげ、こま、こまあぶら、こむぎ、だいず	25日	595	#さけのたつたあげ（こめこあげ）	さけ、こむぎ、だいず、しょうが、こめ	26日	#□ごもくきんぴら	ごぼう、しらたき、にんじん、さやいんげん、さつまあげ、こま、こまあぶら、こむぎ、だいず	
26日	33.6			26日	30.0			26日	26.4			26日	21.4						26日