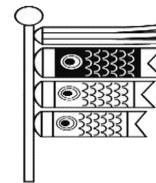


令和2年5月 学校給食献立表 中学校



吉野ヶ里町教育委員会

日	献立名	牛乳	あかのなかま 赤の仲間 ちやにくになる 血や肉になる	きのなかま 黄の仲間 ねつやちからのもとになる 熱や力の元になる	みどりのなかま 緑の仲間 からだのちようしきととのえる 体の調子を整える	ちようみりよう 調味料	エネルギー kcal
14 木	わかめごはん	○	わかめごはんの素(わかめ)	米			863
	鶏さつまあげ		鶏さつまげ(鶏肉)	あぶら	(ごぼう)		
	ミネストローネスープ		ウィンナー, ひよこ豆	マカロニ, 砂糖	玉葱, にんにく, トマトピューレ	コンソメ	
	フルーツサラダ			コールスロードレッシング	キャベツ, きゅうり, みかん, パイン, もも		
15 金	ごはん	○		米			926
	いわし天ぷら		いわし天ぷら	あぶら			
	ポークカレー		豚肉, 大豆	じゃがいも	玉葱, にんじん	カレールウ	
	切干大根サラダ		ハム	ごまドレッシング	切干大根, きゅうり, にんじん		
18 月	ごはん	○		米			804
	チキンナゲット		チキンナゲット	あぶら			
	海鮮スープ		いか, えび, 豆乳		キャベツ, 玉葱, 人参, コーン	クリームシチューの素	
	土佐ごぼう和え		くきわかめ, かつお節	砂糖	ごぼう, たけのこ	しょうゆ, だし	
	ゼリー			クリームソーダゼリー			
19 火	ごはん	○		米			842
	焼きぎょうざ		ぎょうざ				
	新玉ねぎのスタミナ焼き		鶏肉	こんにやく, ごま油, あぶら	たまねぎ, ビーマン, ビーマン, キャベツ, にんにく	焼肉のたれ	
	わかめとたこの酢の物		わかめ, たこ, こんにやく 寒天	砂糖	きゅうり	酢, しお	
	アーモンドミニフィッシュ			アーモンドミニフィッシュ			
20 水	ごはん	○		米			851
	魚のカレー揚げ		さば	てんぷら粉, あぶら		しお, カレー粉	
	さつま汁		鶏肉, 煮干し	こんにやく, さつまいも	だいこん, にんじん, ごぼう	みそ	
	高野豆腐のごま和え		高野豆腐	こんにやく, 砂糖, ごま	いんげん	しょうゆ	
21 木	ごはん	○		米			850
	ツナ入り卵焼き		ツナ入りの卵焼き				
	チャプチェ		豚肉	はるさめ, ごま油, あぶら, 砂糖, ごま	玉葱, にんじん, こまつな, もやし	しょうゆ	
	ポテトサラダ		ハム	じゃがいも, さつまいも, マヨネーズ	ミックスベジタブル(野菜)		
	ふりかけ					ふりかけ	
22 金	小ミルクパン	○		小ミルクパン			812
	ターサイパオズ				ターサイパオズ		
	やきそば		豚肉	やきそば	キャベツ, ビーマン, 玉葱	しお, こしょう, ソース	
	ポパイサラダ		かにかま	コールスロードレッシング	ほうれんそう, コーン, 野菜ミックス		
25 月	ごはん	○		米			849
	かぼちゃのコロッケ		かぼちゃコロッケ		(かぼちゃ)		
	マーボー豆腐		豆腐, 合びき肉, みそ	あぶら, 砂糖, かたくり粉	にんじん, 玉葱, にんにく, しょうが	しょうゆ, トウバンジャン	
	ビーマン人参しりしり		ツナ	砂糖	ビーマン, にんじん, キャベツ	ボン酢	
26 火	ごはん	○		米			817
	ハンバーグのチーズ焼き		ハンバーグ, チーズ			ケチャップ	
	洋風五目スープ		大豆, 鶏肉	じゃがいも	にんじん, 玉葱, れんこん	コンソメ, みりん, しょうゆ	
	おかか和え		油揚げ, かつお節	砂糖	こまつな, もやし, えのきたけ	しょうゆ	

日	献立名 <small>こんだて めい</small>	牛乳	あかのなかま 赤の仲間 <small>ちやくになる</small> 血や肉になる	きのなかま 黄の仲間 <small>ねつやちからのもとになる</small> 熱や力の元になる	みどりのなかま 緑の仲間 <small>からだのちようしをととのえる</small> 体の調子を整える	ちようみりよう 調味料	エネルギー kcal
27 水	ごはん	○		米			800
	枝豆と豆腐のふんわり天		枝豆と豆腐のふんわり天	あぶら, 砂糖, かたくり粉	えのきたけ	しょうゆ, 酒	
	けんちん汁		豆腐, 煮干し	さといも	ごぼう, にんじん, 玉葱, 大ねぎ	しょうゆ, しお, 酒	
	ウィンナーとひじき煮		ウィンナー, ひじき	こんにやく, 砂糖	枝豆, コーン	だし, しょうゆ	
	セリー			いちごゼリー			
28 木	コーンごはん	○		米	コーン	コンソメ, しお	780
	蒸ししゅまい		しゅまい				
	きゃべつのスープ		ベーコン, ウィンナー		キャベツ, 玉葱, にんじん, ほうれんそう	ガラスープ, しお, しょうゆ	
	春雨のゆかり漬け			はるさめ, 砂糖	だいこん, きゅうり, ゆかり	酢	
29 金	ごはん	○		米			759
	赤魚のみりん焼き		赤魚みりん焼				
	豚汁		豚肉, 煮干し, みそ	さといも, さつまいも	だいこん, にんじん, ごぼう		
	白菜の昆布和え		昆布		はくさい, きゅうり, ピーマン	しょうゆ	

- ★はし、スプーンは持ってきてください。
- ★休校により、献立の変更や入荷の関係で同じ食材が続くことがあります。ご了承ください。
- ★マヨネーズは、卵不使用マヨ風ソースを使用しています。
- ★米は、令和2年度も佐賀県産「夢しずく」です。



運搬や配膳は十分気をつけて

しんがつき はじ 新学期が始まってから数週間、休校にもなりましたが、規則正しい生活を
おく 送っていましたか？ やす ひ あさ はん た しゅうかん
休みの日も朝ご飯をしっかりと食べる習慣をつけましょう。

ぜんいんぶん はい せんいんぶん はい しよくん しよつき おも きゅうしよぼうはん
クラス全員分が入っている食缶や食器はとても重いですね。給食当番さんで

きょうりよく ちゅうい 協力し注意しながら運びましょう。また、はいぜん
配膳するときも、あわてずにゆっくり

き つくえ 気を付けながら机にもっていきましょう。食缶はぶついたりすると変形して
フタがあげにくくなります。食器も割れやすいので、けがをしないように
たいせつ つか 大切に使いましょう。

これからも、なかよく 楽しい給食時間を過ごしてほしいと思います。



かしわもち

かしわもち江戸時代の頃から広まったといわれています。かしわの葉は、新芽が育つまで古い葉が落ちないことから、跡継ぎが絶えないようにという願いが込められています。

