5月分　学校給食こんだて表

小豆島町立学校給食センター

2025/5/1

オーリーが注目している料理にクッキングオーリーがついています！

※都合により献立は変更することがあります。

日曜	献立名	材料名 おもに体をつくる食品 1群 魚・肉・卵・豆・豆製品	2群 牛乳・小魚・海藻	おもに体の調子を整える食品 3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物	おもにエネルギーのもとになる食品 5群 穀類・いも類・砂糖	6群 油脂	調味料	ｴﾈﾙｷﾞｰ kcal 小学校	中学校
1 木	**五目あんかけ丼・牛乳**	ぶたにく	牛乳	にんじん	しょうが たまねぎ キャベツ **しいたけ**	米 おおむぎ でんぷん	なたね油 ごま油	酒 がらスープ こしょう ブイヨン しょうゆ 塩	652	811
	アスパラ入りカラフルサラダ			ブロッコリー **アスパラガス** にんじん	きゅうり コーン	さとう	オリーブ油	酢 塩 こしょう		
	きなこっ茶だんご	きなこ		茶		白玉だんご さとう		塩		
2 金	**ごはん・牛乳**		牛乳			米			623	756
	がんもどきとひじきのうま煮	ぎゅうにく がんもどき	ひじき	にんじん さやいんげん	ごぼう	こんにゃく さとう	なたね油	しょうゆ みりん だしの素		
	もやしと小松菜のこんぶあえ		塩こんぶ	こまつな	もやし		すりごま ごま油			
	こどもの日ゼリー					★こどもの日 デザート				
7 水	**ごはん・牛乳**		牛乳			米			621	778
	さばのみぞれ煮	★さばの みぞれ煮								
	キャベツとほうれん草のこんぶあえ		塩こんぶ	ほうれん草	キャベツ		ごま油 すりごま			
	じゃがいものみそ汁	**みそ**	（煮干し）	にんじん ねぎ	たまねぎ	じゃがいも				
8 木	**ごはん・牛乳**		牛乳			米			621	763
	まごはやさしい煮	ぎゅうにく だいず	ひじき	にんじん さやいんげん	ごぼう れんこん **しいたけ**	こんにゃく さとう	ごま なたね油	しょうゆ みりん だしの素		
	キャベツとコーンのサラダ				キャベツ きゅうり コーン	さとう	オリーブ油	しょうゆ 酢		
	はまちの骨そぼろ	★はまちの 骨そぼろ								
9 金	**ごはん・牛乳**		牛乳			米			632	751
	たけのこのおかかに	とりにく かつお節		にんじん さやいんげん	たけのこ	こんにゃく さとう	なたね油	だしの素 みりん しょうゆ		
	もやしのごまあえ			こまつな	もやし		すりごま	しょうゆ みりん		
	米粉のパインクレープ					★パイン クレープ				
12 月	**ごはん・牛乳**		牛乳			米			639	788
	みそ煮込みおでん	ぎゅうにく みそ てんぷら あつあげ うずら卵	こんぶ	にんじん	だいこん	こんにゃく さとう		しょうゆ 酒		
	小松菜のごまあえ			こまつな	キャベツ		すりごま	しょうゆ		
13 火	**ごはん・牛乳**		牛乳			米			667	817
	鮭のごまだれかけ	さけ				でんぷん さとう	なたね油 ごま	しょうゆ		
	もやしときゅうりのあえ物				もやし きゅうり	はるさめ さとう	ごま油	酢 しょうゆ からし		
	大根のみそ汁	**みそ**	（煮干し）	ねぎ	たまねぎ だいこん					
14 水	**キムチごはん・牛乳**	ぶたにく	牛乳	にんじん	しょうが はくさい	米 さとう	ごま油	しょうゆ ブイヨン	609	737
	ブロッコリーのおかかあえ	かつお節		ブロッコリー にんじん	キャベツ			みりん しょうゆ		
	ウインナーと野菜のスープ	ウインナー		にんじん	たまねぎ キャベツ	じゃがいも		ブイヨン がらスープ しょうゆ こしょう		
	元気ヨーグルト		元気ヨーグルト							
15 木	**ごはん・牛乳**		牛乳			米			624	772
	チリコンカーン	だいず ぶたにく ぎゅうにく		にんじん	たまねぎ **にんにく**	さとう	なたね油	ケチャップ ソース ウイン ブイヨン		
	野菜のカレーソテー	ベーコン		ピーマン にんじん	キャベツ		なたね油	こしょう 塩 ブイヨン カレー粉		
16 金	**食パン・牛乳**		牛乳			食パン			637	815
	ハンバーグ	★ハンバーグ								
	ゆで野菜			にんじん	キャベツ					
	コーンスープ	ベーコン	牛乳		コーン たまねぎ		なたね油	こしょう ブイヨン コーンクリームスープ		
	ケチャップソース							ケチャップ		

日曜	献立名	材料名 おもに体をつくる食品 1群 魚・肉・卵・豆・豆製品	2群 牛乳・小魚・海藻	おもに体の調子を整える食品 3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物	おもにエネルギーのもとになる食品 5群 穀類・いも類・砂糖	6群 油脂	調味料	ｴﾈﾙｷﾞｰ kcal 小学校	中学校
19 月	**ごはん・牛乳**		牛乳			米			629	777
	焼き豆腐のみそそぼろ煮	やきとうふ ぶたにく みそ		にんじん ねぎ チンゲンサイ	**しいたけ** たまねぎ しょうが **にんにく**	さとう	ごま油	しょうゆ 酒 ブイヨン		
	切り干し大根のサラダ			にんじん	だいこん きゅうり	さとう	オリーブ油 すりごま	しょうゆ 酢		
20 火	**たけのこごはん・牛乳**	とりにく 油あげ	牛乳	にんじん	たけのこ	米	なたね油	だしの素 しょうゆ みりん	653	770
	ほうれん草のツナあえ	まぐろ		ほうれん草 にんじん	キャベツ	さとう		しょうゆ ポン酢		
	根菜のみそ汁	**みそ**	（煮干し）	にんじん ねぎ	だいこん ごぼう たまねぎ					
	ストロベリーカスタードタルト					★ストロベリー カスタードタルト				
21 水	**豚丼・牛乳**	ぶたにく	牛乳	にんじん	たまねぎ 根菜ねぎ	米 おおむぎ こんにゃく さとう		しょうゆ みりん	621	758
	もやしのソテー	ベーコン		ピーマン	もやし		オリーブ油	塩 こしょう		
	キャンディチーズ		チーズ							
22 木	**ごはん・牛乳**		牛乳			米			623	754
	さわらの西京焼き	**さわら みそ**						酒 みりん		
	小松菜のおひたし	糸かつお		こまつな にんじん	キャベツ			しょうゆ		
	ふし汁	油あげ	わかめ （煮干し・こんぶ）	ねぎ	たまねぎ	ふし		しょうゆ		
23 金	**チキンカレー・牛乳**	とりにく	牛乳	にんじん	たまねぎ しょうが **にんにく**	米 じゃがいも	なたね油	カレールウ カレー粉 こしょう ブイヨン ソース	615	761
	ブロッコリーのサラダ	ハム	わかめ	ブロッコリー	キャベツ	さとう	オリーブ油	しょうゆ 酢		
26 月	**ごはん・牛乳**		牛乳			米			620	754
	高野豆腐の卵とじ	こうやどうふ **卵** とりにく		にんじん さやいんげん	たまねぎ **しいたけ**	さとう		しょうゆ だしの素 酒		
	キャベツのごまあえ			にんじん こまつな	キャベツ		すりごま	しょうゆ		
27 火	**ごはん・牛乳**		牛乳			米			624	754
	鶏肉のハーブ焼き	とりにく						ハーブソルト		
	アスパラとブロッコリーのサラダ			ブロッコリー **アスパラガス**	コーン	さとう	オリーブ油	酢 塩 こしょう		
	わかめとハムのスープ	ハム	わかめ	にんじん ねぎ	たまねぎ			がらスープ ブイヨン しょうゆ 塩		
28 水	**肉みそ丼・牛乳**	ぶたにく **みそ**	牛乳	ほうれん草 にんじん	コーン	米 おおむぎ さとう	ごま	しょうが みりん 酒 しょうゆ	661	805
	五目スープ	ハム		チンゲンサイ ねぎ	たまねぎ **しいたけ**			がらスープ 酒 しょうゆ 塩 こしょう ブイヨン		
	野菜とくだもののゼリー					★野菜とくだ ものゼリー				
29 木	**大師もち麦ごはん・牛乳**		牛乳			米 ダイシモチ麦			668	826
	マーボー豆腐	ぶたにく とうふ みそ		にんじん ねぎ	たまねぎ **しいたけ** しょうが **にんにく**	さとう でんぷん	ごま油	ケチャップ 酒 しょうゆ がらスープ ブイヨン トウバンジャン 塩		
	バンサンスウ	ハム		にんじん	もやし きゅうり	はるさめ さとう	ごま油	しょうゆ 酢 からし		
30 金	**かきまぜ・牛乳**	とりにく	牛乳	にんじん	ごぼう **しいたけ**	米 こんにゃく		しょうゆ みりん だしの素	667	788
	野菜のツナあえ	まぐろ		こまつな にんじん	はくさい	さとう		しょうゆ ポン酢		
	さつまいもとニラのみそ汁	**みそ**	（煮干し）	にら	たまねぎ	さつまいも				
	焼きプリンタルト					★焼きプリン タルト				

中学校なし　保育所弁当日

中学校島カップ

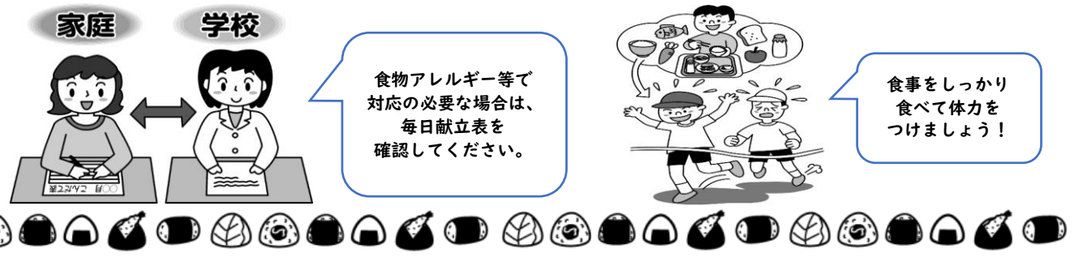
小学校なし

中3なし

中3なし

中学校なし

みんなの支援学校なし

★は加工食品　（だし用）

※小豆島産食材を使用している **食材名**は**太字**にしています。