

令和6年5月 こんだて表(小学校)



かわごえちえいけんかい かわごえちやうがっこうきゅうしよく
川越町教育委員会・川越町学校給食センター

令和6年5月1日

日	献立名	牛乳	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギーたんぱく質(中学年量)
1水	豚丼	○	ぶたにく	ごはん さとう こんにやく	しょうが たまねぎ えのきたけ ねぎ	597 kcal
	わかめのみそ汁		とうふ あぶらあげ わかめ みそ	だいこん にんじん こまつな	28.1 g	
7火	黒糖パン	○		パン		620 kcal
	チリコンカン		ぶたにく だいず	オリーブオイル	エリンギ たまねぎ にんにく トマト にんじん	28.0 g
	ツナサラダ		ツナ	オリーブオイル さとう	キャベツ きゅうり とうもろこし	
8水	ごはん	○		ごはん		671 kcal
	鶏のからあげねぎソース		とりにく	かたくりこ あぶら さとう	しょうが ねぎ	28.0 g
	こんぶあえ		しおこんぶ		キャベツ	
	とうふのみそ汁		あぶらあげ とうふ みそ		にんじん えのきたけ ほうれんそう	
9木	ごはん	○		ごはん		638 kcal
	ホイコーロー		ぶたにく みそ	さとう かたくりこ あぶら	しょうが にんにく キャベツ エリンギ ピーマン たまねぎ	25.8 g
	五目ワタンスープ		ベーコン とうふ	ワタタン	にんじん ほししいたけ こまつな	
10金	ハヤシライス	○	ぶたにく	ごはん じゃがいも ハヤシルウ オリーブオイル	にんじん たまねぎ エリンギ トマト	633 kcal
	コーンサラダ		ツナ	オリーブオイル さとう	キャベツ きゅうり にんじん とうもろこし	19.3 g
13月	ごはん	○		ごはん		613 kcal
	とんてき		ぶたにく	あぶら かたくりこ	にんにく しょうが	27.6 g
	そえキャベツ				キャベツ	
	だいこん 大根のみそ汁		あぶらあげ みそ		だいこん にんじん たまねぎ こまつな	
14火	小型ロールパン	○		パン		582 kcal
	和風ツナスパゲッティ		ツナ	スパゲッティ オリーブオイル	にんにく にんじん エリンギ ピーマン たまねぎ ほうれんそう	22.9 g
	だいず 大豆とひじきのサラダ		だいず ひじき	ドレッシング	キャベツ きゅうり とうもろこし	
15水	ごまさけそぼろごはん	○	さけ	ごはん さとう ごま		659 kcal
	酢の物		わかめ ちくわ しらすぼし	さとう	きゅうり	26.3 g
	新じゃがのそぼろに		ぶたにく きゅうりにく	さとう じゃがいも こんにやく かたくりこ	たまねぎ にんじん さやいんげん	
16木	ごはん 味付けのり	○	あじつけのり	ごはん(川越町産コシヒカリ)		667 kcal
	手作り津蕎麦		ぶたにく	こむぎこ ごまあぶら ぎょうざのかわ あぶら	しょうが にんにく たまねぎ なら	21.9 g
	はるさめ 春雨スープ		ベーコン とうふ	はるさめ	にんじん チンゲンさい こまつな	
17金	ごはん	○		ごはん(川越町産コシヒカリ)		607 kcal
	魚のみそマヨネーズ風味		あじ みそ	ドレッシング		28.9 g
	きんぴらいため		くきわかめ	ごまあぶら こんにやく さとう	ごぼう にんじん ピーマン	
	あおさのすまし汁		とりにく あおさ		はくさい えのきたけ こまつな	
20月	ごはん	○		ごはん		629 kcal
	マーボー豆腐		ぶたにく みそ とうふ	ごまあぶら さとう かたくりこ	しょうが にんにく エリンギ ねぎ	26.2 g
	ナムル			ごまあぶら さとう	にんじん もやし ほうれんそう きゅうり	
21火	緑茶あげパン	○		パン あぶら ぶどうとう	りよくちや	629 kcal
	ポテトサラダ		ツナ	じゃがいも ドレッシング	にんじん きゅうり とうもろこし	20.0 g
	ミネストローネ		ソーセージ だいず	オリーブオイル	チンゲンさい たまねぎ だいこん トマト セロリー	
22水	ごはん	○		ごはん		657 kcal
	かつおの南部あげ		かつお	こめこ かたくりこ こむぎこ あぶら さとう ごま		31.1 g
	ゆかりあえ				キャベツ きゅうり しそ	
こおりとうふの煮物	こおりとうふ とりにく	こんにやく さとう	ほししいたけ にんじん さやいんげん			
23木	カレーライス	○	ぶたにく	ごはん じゃがいも カレールウ オリーブオイル	たまねぎ にんじん にんにく しょうが トマト	628 kcal
	アスパラガスとチーズのサラダ		チーズ	オリーブオイル さとう	アスパラガス キャベツ きゅうり とうもろこし	20.1 g
24金	三色ツナそぼろごはん	○	ツナ きんししたまご	ごはん さとう あぶら	しょうが こまつな	640 kcal
	豚汁		ぶたにく あぶらあげ みそ	さとも こんにやく	にんじん だいこん ごぼう ねぎ	28.0 g
27月	ビビンバ	○	ぶたにく きんししたまご みそ	ごはん ごまあぶら さとう	しょうが にんにく にんじん ほうれんそう もやし	604 kcal
	もずくスープ		とうふ もずく かまぼこ		だいこん ねぎ	27.4 g
28火	米粉パン	○		パン		644 kcal
	照り焼きチキン		とりにく	さとう かたくりこ	にんにく しょうが	31.1 g
	ごまキャベツ			ごま	キャベツ	
	とうにゅう 豆乳コーンスープ		とうにゅう	オリーブオイル こめこ	たまねぎ にんじん とうもろこし ほうれんそう	
29水	中華飯	○	ぶたにく	ごはん ごまあぶら かたくりこ	しょうが にんじん たまねぎ はくさい チンゲンさい エリンギ	616 kcal
	杏仁フルーツ		とうにゅうあんにとらふ		みかん もも パイン	19.0 g
30木	ごはん	○		ごはん		574 kcal
	魚のレモンじょうゆ焼き		ほき		レモン	30.9 g
	たくあんのあえもの		しおこんぶ		キャベツ たくあん こまつな	
	けんちん汁		とうふ とりにく あぶらあげ	こんにやく	ごぼう だいこん にんじん ねぎ	
31金	ごはん	○		ごはん		622 kcal
	厚揚げと豚肉のみそ炒め		ぶたにく みそ あつあげ	さとう かたくりこ	しょうが ピーマン キャベツ にんじん	23.5 g
	春雨サラダ	ツナ	はるさめ さとう ごまあぶら	にんじん チンゲンさい きゅうり きくらげ		

このマークの日は、「みえ地物一番給食の日」です。三重県産食材は、太字ななめ字で表示してあります。

★食材の都合により魚の種類や献立が変更になる場合があります。