



# 5月 こんだてひょう



牛深学校給食センター (72-4158)

ひ	よう	しゅしょく	ぎゅうにゅう	おかず	ざいりょう			そのた	エネルギーたんぱく質
					ちやくやくほねになる	ねつやちからになる	からだのちようしをととのえる		
1	きん	★こどもの日メニュー★		れんこんはさみあげ	ぎゅうにゅう たまごとうふ	こめ さとう	にんじん ごぼう きぬさや ねぎ	けずりぶし	709
		マヨネーズあえ		とりにく ちくわ					
天草宝島デー「さやいんげん」									
7	もく	むぎごはん		ごぼうハンバーグ	ぎゅうにゅう ぶたにく	こめ むぎ ごま	にんじん いんげん もやし ねぎ		601
				さやいんげんのごまあえ	あつあげ とりにく	さとう あぶら こんにやく	しょうが はくさい だいこん	にぼし	21.7
				さつまじる		さつまいも	たまねぎ ごぼう		
8	きん	とりごぼうごはん		きびなごフライ③	ぎゅうにゅう とりにく ちくわ	こめ さとう あぶら ごま	ごぼう にんじん しいたけ ねぎ		606
				だいこんのごまマヨあえ	わかめ ハム とうふ きびなご	すりごま	だいこん きゅうり たまねぎ	けずりぶし	24.3
				うおそうめんじる	うおそうめん	ノンエッグマヨネーズ	えのきたけ しめじ えだまめ		
11	げつ	むぎごはん		さかなのケチャップあえ	ぎゅうにゅう ハム ぶたにく	こめ むぎ あぶら	しょうが たまねぎ もやし		600
				ちゅうかさラダ	たら	ごまあぶら さとう ピーファン	きゅうり にんじん きくらげ		26.1
				めひらんスープ			こまつな しいたけ		
12	か	カットコッペパン		キーマカレー	ぎゅうにゅう ぎゅうにく	コッペパン あぶら さとう	たまねぎ にんじん グリンピース		611
				チーズサラダ	ぶたにく だいず チーズ ハム	じゃがいも	トマト にんにく しょうが		28.1
				コンソメスープ	とりにく		きゅうり キャベツ コーン パセリ		
13	すい	むぎごはん		にんじんシュウマイ①	ぎゅうにゅう ぶたにく	こめ むぎ さとう	こまつな もやし ねぎ		677
				こまつなのあえもの	すりみ あつあげ	ごまあぶら でんぶん	にんじん コーン たまねぎ たけのこ		26.2
				チャーチャンとうふ	みそ	あぶら	しょうが しいたけ チンゲンサイ		
14	もく	かぼちゃパン		パーベキューチキン	ぎゅうにゅう とりにく ハム	かぼちゃパン さとう じゃがいも	きゅうり キャベツ にんじん		675
				マカロニサラダ	ミックスビーンズ	マカロニ あぶら	パセリ たまねぎ		28.8
				やさいとまめのスープ		ノンエッグマヨネーズ			
15	きん	むぎごはん		えだまめととうふのフライ	ぎゅうにゅう とりにく	こめ むぎ あぶら	きゅうり にんじん キャベツ		586
				やさいのあますあえ	ちくわ	さとう ごま はるさめ	きくらげ たまねぎ ねぎ		19.8
				はるさめスープ		ごまあぶら でんぶん パンこ	えだまめ		
19	か	★熊本の味★		かぼちゃフライ	ぎゅうにゅう うずらたまご	ココアパン さとう	かぼちゃ たまねぎ ねぎ		611
		ココアパン		ぶたにく ちくわ	あぶら はるさめ	きゅうり にんじん しいたけ	24.2		
		あるさどくまさん		タイピーエン		ごまあぶら	きくらげ たけのこ キャベツ		
20	すい	ひじきごはん		きんぴらつつみやき	ぎゅうにゅう とりにく あげ	こめ あぶら ごま	ひじき にんじん ごぼう ねぎ		575
				ごますあえ	あつあげ とうふ	さとう こんにやく	きぬさや しいたけ きゅうり	にぼし	25.2
				かしわじる			キャベツ もやし だいこん たまねぎ		
天草宝島デー「新じゃが」									
21	もく	むぎごはん		ちくわのいそべあげ②	ぎゅうにゅう ちくわ あつあげ	こめ むぎ あぶら	きゅうり キャベツ		654
				けずりぶしあえ	ちりめん かつおぶし	こむぎこ こんにやく でんぶん	にんじん たまねぎ		25.1
				しんじゃがいもそぼろに	とりにく あおりの	じゃがいも さといも さとう	えだまめ		
22	きん	カレーライス(むぎごはん)		ミニハンバーグ	ぎゅうにゅう ぶたにく	こめ むぎ あぶら	たまねぎ にんじん しょうが		698
				とうふサラダ	とりにく とうふ	じゃがいも さとう ごま	にんにく りんご きゅうり		25.0
						ごまあぶら	コーン		
25	げつ	むぎごはん		あじフライ	ぎゅうにゅう とりにく あげ	こめ むぎ あぶら	ひじき にんじん たまねぎ ねぎ		639
				ひじきのいため	あじ さつまあげ あおさ	こんにやく さとう	わかめ えだまめ	にぼし	23.4
				じゃがいもみそじる	わかめ とうふ	じゃがいも パンこ			
26	か	カットコッペパン		スティックドッグ	ぎゅうにゅう とりにく	コッペパン さとう じゃがいも	コーン だいこん きゅうり		592
				きゅうりのツナあえ	ぶたにく ツナ	しょうしんこ あぶら	えだまめ にんじん たまねぎ		28.4
				とうにゅうシチュー	とうにゅう		コーン いんげんまめ		
27	すい	むぎごはん		いわしおかに	ぎゅうにゅう いわし かつおぶし	こめ むぎ さとう	きゅうり にんじん ごぼう		587
				わかめのすのもの	とりにく ちくわ あつあげ	あぶら こんにやく	だいこん ねぎ しいたけ	にぼし	24.3
				ごもくじる	わかめ				
天草宝島デー「ぶたにく」									
28	もく	ミルクパン		チキンナゲット①	ぎゅうにゅう とりにく	ミルクパン じゃがいも さとう	キャベツ きゅうり たまねぎ		683
				ごまドレッシングあえ	ぶたにく ベーコン だいず	こむぎこ あぶら	コーン にんじん		30.1
				ポークビーンズ		ドレッシング	グリンピース		
29	きん	むぎごはん		ちくさやき	ぎゅうにゅう たまご チーズ	こめ むぎ さとう	キャベツ きゅうり にんじん		675
				ゆかりあえ	ぎゅうにく ぶたにく さつまあげ	じゃがいも こんにやく	ゆかり たまねぎ えだまめ		25.2
				にくじゃが	あつあげ とりにく		ほうれんそう		

※献立は都合により、変更することがあります。ご了承ください。

## 5月 天草産食材

