

5月のこんだて

北野台中学校・平岡中学校

月	火	水	木	金
4日	5日	6日	7日	8日
<p>※魚介類には、微量のえび・カニなどの甲殻類、その他の魚介類が含まれている可能性があります。物資高騰等で献立の変更もありえます。</p>			<p>ゆであげスパゲティ カレーソース フレンチポテト</p> <p>(スパゲティ、オリーブオイル、豚肉、大豆、しょうが、玉ねぎ、にんじん、セロリ、にんにく、小麦粉)(じゃがいも)</p>	<p>揚げパン 麦入り野菜スープ ラーメンサラダ</p> <p>(コッペパン、グラニュー糖、シナモン)(バラベーコン、にんじん、玉ねぎ、キャベツ、セロリ、パセリ、おおむぎ)(ハム、ラーメン、もやし、きゅうり、にんじん、ホールコーン、ごま、ごま油)</p>
11日	12日	13日	14日	15日
<p>かき揚げ丼 みそ汁(厚揚げ・小松菜) くだもの</p> <p>(米)(あさり、むきえび、さくらえび、玉ねぎ、にんじん、ごぼう、切り干し大根、春菊、ひじき、卵、小麦粉、でん粉)(厚揚げ、小松菜、みそ)(ジュース・オレンジ)</p>	<p>沖縄そば サターアングギー くだもの</p> <p>(ソフトラーメン)(豚肉、しょうが、にんにく、ほうれんそう、こねぎ、玉ねぎ、にんじん)(小麦粉、ごま、ベーキングパウダー、卵、黒砂糖)(パン缶)</p>	<p>ビビンバ 野菜コロケ くだもの</p> <p>(胚芽精米、おおむぎ、豚肉、焼き豆腐、メンマ、長ねぎ、しょうが、にんにく、にんじん、ほうれんそう、もやし、ごま、ごま油、トウバンジャン、唐辛子)(じゃがいも、豚肉、とうもろこし、玉ねぎ、にんじん、グリーンピース、スキムミルク、パン粉、小麦粉、ごま)(黄桃缶)</p>	<p>ごはん けんちん汁 サバのソース焼き おかかふりかけ</p> <p>(米)(鶏肉、こんにゃく、にんじん、豆腐、ごぼう、だいこん、長ねぎ)(さば、しょうが、みそ、ウスターソース、ごま)(しらす干し、糸かつお、のり、ごま)</p>	<p>よこわりバンズパン ベーコンシチュー 豆腐ハンバーグ あさりのカリッとサラダ</p> <p>(よこわりバンズパン)(バラベーコン、玉ねぎ、にんじん、じゃがいも、パセリ、小麦粉、バター、チーズ、スキムミルク、牛乳、豆乳)(豆腐、鶏肉、玉ねぎ、パン粉、小麦粉、でん粉)(あさり、しょうが、小麦粉、でん粉、きゅうり、にんじん、キャベツ、からし、ごま油、ごま)</p>
18日	19日	20日	21日	22日
<p>豚ミックス丼 みそ汁(高野豆腐・わかめ) くだもの</p> <p>(米)(豚肉、厚揚げ、しょうが、小麦粉、でん粉、たけのこ、玉ねぎ、にんじん、ピーマン、ごま)(高野豆腐、わかめ、長ねぎ、みそ)(パン缶)</p>	<p>きつねうどん きなこポテト 枝豆</p> <p>(ソフトめん)(油あげ、鶏肉、つと、ほうれんそう、長ねぎ、たもぎたけ、しいたけ)(じゃがいも、きなこ)(枝豆)</p>	<p>あさりごはん チキンカツ ごま和え(小松菜・もやし)</p> <p>(胚芽精米、おおむぎ、あさり、しょうが、油揚げ、にんじん、ごぼう、たけのこ、しいたけ、しらたき、グリーンピース)(鶏肉、小麦粉、卵、パン粉)(小松菜、もやし、ごま)</p>	<p>ごはん ピリカラすき焼き チキンナゲット たたききゅうり</p> <p>(米)(豚肉、焼き豆腐、しらたき、白菜、長ねぎ、たもぎたけ、玉ねぎ、トウバンジャン、長ねぎ、にんにく、しょうが、りんご、ごま、ごま油)(鶏肉、でん粉、小麦粉、大豆、おから、パン粉、クラッカー粉、とうもろこし粉)(きゅうり、ごま、ごま油)</p>	<p>黒コッペパン ポーククリームシチュー 小松菜サラダ くだもの</p> <p>(黒コッペパン)(豚肉、玉ねぎ、にんじん、じゃがいも、パセリ、小麦粉、バター、チーズ、スキムミルク、牛乳、豆乳)(ハム、ひじき、小松菜、春雨、ごま油)(黄桃缶)</p>
25日	26日	27日	28日	29日
<p>ひき肉のカレー 小松菜とコーンサラダ</p> <p>(米)(豚肉、にんじん、玉ねぎ、セロリ、にんにく、しょうが、ホールトマト、小麦粉、大豆、パセリ、レーズン、みそ)(小松菜、ホールコーン、ハム、ごま)</p>	<p>山菜うどん ごま団子 くだもの</p> <p>(ソフトめん)(鶏肉、油揚げ、つと、たけのこ、ふき、わらび、たもぎたけ、なめこ、ほうれんそう、長ねぎ、しいたけ)(白玉もち、ごま)(洋梨缶)</p>	<p>コーンピラフ 豆腐ナゲット フルーツミックス</p> <p>(胚芽精米、おおむぎ、バラベーコン、ホールコーン、バター、パセリ、マッシュルーム、にんじん、玉ねぎ)(焼き豆腐、鶏肉、玉ねぎ、でん粉、卵)(みかん、パン、黄桃、洋梨、なつみかん缶)</p>	<p>ごはん 豆腐のトロトロ煮 ししゃもピリカラ揚げ ナムル</p> <p>(米)(豆腐、鶏肉、小松菜、長ねぎ、にんじん、しょうが、にんにく)(子持ちカラフトししゃも、小麦粉、でん粉、トウバンジャン)(ハム、もやし、ほうれんそう、にんじん、ごま、ごま油)</p>	<p>せわりコッペパン アスパラのグラタン セルフドック(フランク) くだもの</p> <p>(せわりコッペパン)(グリーンアスパラガス、玉ねぎ、バラベーコン、マカロニ、小麦粉、バター、牛乳、豆乳、チーズ、スキムミルク、パン粉、粉チーズ)(ポークフランクウインナー、ケチャップ)(ジュース・オレンジ)</p>

☆5月5日はこどもの日☆

4月30日(木)の献立は、こどもの日をお祝いしての行事食『たきこみなり』でした。本当はいなり寿司を作りたいのですが、大量調理なので、油揚げがたくさん入った酢を入れて炊きこんだお寿司です。日本では古くから、邪気を払い、健康や長寿を願う行事とともに、その際に食べられる行事食が伝えられています。5月5日端午の節句のかしわもち、ちまき、7月7日の七夕のそうめん、9月9日重陽の節句の菊のおひたしや栗ごはん、そのほか、お正月のおせち料理、七草がゆ、年越しそばなどいろいろな行事食があります。給食でも、みなさんの健康と健やかな成長を願いつつ、行事食を伝えていきたいと思ひます。

