



新茶

令和6年 5月給食献立予定表

大田学校給食共同調理場

日	曜	献立名	牛乳	主 な 材 料						エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 食塩相当量 (g)	
				<赤>体をつくる		<緑>体の調子をととのえる		<黄>熱や力になる		小	中
				1群 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 乳製品 小魚・海そう	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米/パン/めん いも・砂糖	6群 油脂		
1	水	<p>&lt;季節の行事 八十八夜&gt; 立春から数えて八十八日を指します。春と夏の変り目で、新茶を摘む目安になっています。</p>									
		麦ごはん ゆかりあえ	○	県産牛乳	にんじん ゆかり	キャベツ もやし	市内産米 市内産押し麦 砂糖			624	793
		いわしのトマト煮		いわし	トマト					25.2	32.6
		みそ汁 小野茶ムース		油揚げ 県産みそ	わかめ	にんじん ねぎ	たまねぎ なめこ	じゃがいも 小野茶ムース		2.2	3.1
2	木	<p>&lt;季節の行事 こどもの日 端午の節句&gt; 男の子の健やかな成長を祝う日です。「こいのぼり」を立てたり、「かぶと」や「よろい」を飾ったり、「ちまき」や「かしわもち」を食べたりして祝います。</p>									
		あなごちらし寿司	○	県産あなご	県産牛乳 県産きざみのり	にんじん	ごぼう 枝豆	市内産米 ずし酢		616	782
		ごまあえ かしわもち				にんじん	キャベツ もやし	砂糖 かしわもち	ごま	23.4	28.5
		とうふ汁		県産豆腐		にんじん ほうれん草	えのき たまねぎ			1.3	1.8
7	火	セルフハンバーガー	○	ハンバーグ	県産牛乳	にんじん	キャベツ	県産コッパパン		637	763
		コンソメスープ		ベーコン		にんじん パセリ	たまねぎ とうもろこし	じゃがいも		25.4	30.8
8	水	わかめごはん	○		県産牛乳 わかめごはんの 茶			市内産米 市内産押し麦		614	805
		韓国風肉じゃが		ぶた肉 赤みそ		にんじん	枝豆 たまねぎ	じゃがいも 糸こんにゃく 砂糖	油 ごま	26.0	34.6
		ししゃもの塩焼き 昆布あえ			ししゃも 塩こんぶ		キャベツ きゅうり			3.0	4.2
9	木	黒糖きなこ蒸しパン	○	きなこ	県産牛乳			蒸しパンミックス 黒糖		613	778
		スパゲティナポリタン		秋吉台高原牛 ウインナー		にんじん トマト	たまねぎ しめじ	スパゲティ	油	21.2	25.8
		チーズサラダ			チーズ わかめ	にんじん	キャベツ		ドレッシング	2.2	2.8
10	金	<p>&lt;毎月10日はこぶっちゃん給食！美東町の食材を使った給食を実施します&gt; 今月は「たまねぎ」を紹介します。 新たまねぎの時期になりました。たまねぎは血をサラサラにしてくれます。</p>									
		麦ごはん いそかあえ	○		県産牛乳 きざみのり	にんじん	キャベツ もやし	市内産米 市内産押し麦 砂糖		548	731
		白身魚の塩こうじ焼き		白身魚					油	26.6	32.9
		たまねぎのみそ汁		県産豆腐 油揚げ 県産みそ	わかめ	にんじん	たまねぎ			2.0	2.7
13	月	麦ごはん	○		県産牛乳			市内産米 市内産押し麦		626	806
		サバのみそ煮 ひじきの煮物		サバ みそ とり肉	県産ひじき	にんじん インゲン	たまねぎ	砂糖 糸こんにゃく	油	25.1	32.0
		とうふ汁		県産豆腐		にんじん ほうれん草	たまねぎ しめじ			2.5	3.3
14	火	米粉パン 夏みかんジャム	○		県産牛乳			県産コッパパン 夏みかんジャム		639	787
		クリームシチュー		とり肉 ぶた肉 豆腐	県産牛乳	にんじん ブロッコリー	たまねぎ カリフラワー	じゃがいも	油 シチュールウ	28.4	35.1
		ビーンズサラダ		大豆 白花豆 いんげん ん豆 まぐろ水煮	わかめ	にんじん	キャベツ		ドレッシング	3.1	4.1
15	水	麦ごはん	○		県産牛乳			市内産米 市内産押し麦		672	857
		ひよこ豆のカレー		秋吉台高原牛 とり肉 レンズ豆 ひよこ豆		にんじん グリーンピース	たまねぎ	じゃがいも	カレーウ 油	24.8	30.4
		海藻サラダ			海藻サラダ	にんじん	キャベツ とうもろこし		ドレッシング	2.0	2.5
16	木	アップル蒸しパン	○		県産牛乳		りんごジュース	蒸しパンミックス ドライアップル		531	727
		和風きのこスパゲティ		イカ まぐろ水煮		にんじん ピーマン	たまねぎ えのき しめじ エリンギ 生しいたけ	スパゲティ	油	19.2	25.2
		スプリングサラダ			わかめ	アスパラガス にんじん	キャベツ とうもろこし		ドレッシング	1.5	2.1



日	曜	献立名 <small>てんたてめい</small>	牛乳 <small>ぎゅうにゅう</small>	主 な 材 料						エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 食塩相当量 (g)	
				<赤>体をつくる		<緑>体の調子をととのえる		<黄>熱や力になる		小	中
				1群 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 乳製品 小魚・海そう	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米/パン/めん いも・砂糖	6群 油脂		
17	金	ぎゅうめし	○	秋吉台高原牛	県産牛乳	にんじん インゲン	たまねぎ ごぼう	市内産米 市内産押し麦 黍こんにゃく 砂糖	油	513 20.2 1.9	716 27.2 2.6
		ちくわと野菜のごま炒め		ちくわ		にんじん	キャベツ とうもろこし		油 ごま		
		もずくスープ 中のみ：ヨーグルト		ぶた肉 たまご	もずく 中：ヨーグルト	にんじん	ねぎ	もやし	じゃがいも		
20	月	麦ごはん なめこのみそ汁	○	油揚げ 県産豆腐 県産みそ	県産牛乳 わかめ	にんじん	大根 白菜 なめこ	市内産米 市内産押し麦		大田小 浄美小 なし 605 23.5 2.0	763 28.6 2.6
		白身魚のフライ		白身魚				パン粉 小麦粉	揚げ油		
		ブロッコリーのごまネーズあえ				ブロッコリー にんじん	キャベツ		マヨネーズ ごま		
21	火	セルフウィンナーサンド	○	ウィンナー	県産牛乳	にんじん	キャベツ	市内産コッペパン		大田小 なし 686 30.2 3.3	853 37.2 4.2
		ポトフ		とり肉 ぶた肉		にんじん パセリ	キャベツ たまねぎ	じゃがいも			
22	水	麦ごはん	○		県産牛乳			市内産米 市内産押し麦		586 18.4 2.3	748 22.7 2.9
		ハヤシライス		ぶた肉	にんじん トマト グリーンピース	たまねぎ マッシュ ルーム		ハヤシライスルウ 油			
		アスパラガスサラダ			わかめ	にんじん アスパラガス	キャベツ とうもろこし		ドレッシング		
23	木	麦ごはん	○		県産牛乳			市内産米 市内産押し麦		634 27.1 1.7	中2 中3 なし 805 33.9 2.1
		マーボー豆腐		県産豆腐 ぶた肉 赤みそ		にんじん ねぎ	たけのこ たまねぎ	砂糖	油 ごま油		
		ビーフン汁		県産豆腐 たまご		にんじん ほうれん草		ビーフン	ごま油		
24	金	菜めし	○		県産牛乳	菜めしの素		市内産米 市内産押し麦		602 25.5 2.8	中2 中3 なし 783 33.2 3.6
		ぶた肉のスタミナ炒め		ぶた肉 赤みそ	にんじん	キャベツ たまねぎ 生しいだけ	砂糖	油			
		豆乳キムチ汁		とり肉 豆乳 麦みそ 県産豆腐	にんじん ねぎ	大根 ごぼう 白菜 キムチ		里いも こんにゃく			
27	月	麦ごはん たくあんあえ	○	花かつお	県産牛乳	にんじん	キャベツ もやし きゅうり たくあん	市内産米 市内産押し麦 砂糖		綾木小 浄美小 なし 583 25.5 2.2	中3 なし 737 31.2 2.9
		いわしのおかか煮			いわし			砂糖			
		もずくのみそ汁		県産豆腐 油揚げ 麦 みそ	もずく	にんじん ねぎ	たまねぎ えのき				
28	火	黒糖パン	○		県産牛乳			黒糖パン		682 25.9 3.4	852 32.0 4.3
		ポテト・ポロネーゼ		ぶた肉 秋吉台高原牛	にんじん トマト グリーンピース	たまねぎ しめじ	じゃがいも	油			
		コンソメスープ		とり肉	にんじん ほうれん草	キャベツ たまねぎ とうもろこし					
29	水	ツナライス	○	まぐろ水煮	県産牛乳	にんじん グリーンピース	たまねぎ グリーンピース	市内産米 市内産押し麦	油	660 25.3 2.6	827 31.2 3.4
		とり肉のからあげ		とり肉		にんにく しょうが	片栗粉	揚げ油			
		わかめスープ 梅サラダ		県産豆腐	わかめ	にんじん	たまねぎ 白菜 キャベツ もやし ねり梅 とうもろこし		ドレッシング		
30	木	ぶた肉と高菜の混ぜごはん	○	ぶた肉	県産牛乳	にんじん 高菜		市内産米 市内産押し麦 砂糖	油	606 21.2 3.3	819 28.4 4.6
		蒸しシュウマイ ボイルキャベツ		シュウマイ	にんじん	キャベツ					
		春雨汁		ベーコン	にんじん ねぎ	たまねぎ	春雨				
31	金	麦ごはん 冷凍パイ	○		県産牛乳		パイナップル	市内産米 市内産押し麦		642 20.7 1.6	803 25.0 1.9
		すきやき煮		秋吉台高原牛 焼き豆 腐 ぶ	ねぎ	たまねぎ 生しいたけ しめじ 白菜	こんにゃく 砂糖	油			
		ゆずきちあえ			わかめ	にんじん	キャベツ ゆずきち果汁	砂糖			

\*材料の都合により、献立は一部変更になることがあります。

\*学校給食に使用している県産食材は「学校給食県産食材利用拡大事業」により、JA山口県、水産関係団体、山口県などから一部助成を受けています。

