



令和 6年度 5月 宇美町中学校給食献立表



月	火	水	木	金
		1	2	3
<p>学校給食は1日に必要な栄養素量のおよそ3分の1が摂れる学校給食摂取基準に基づき、主食と主菜、副菜を組み合わせるバランスの良い食事ができるように工夫しています。</p>  		 <p>麦ご飯 いわしの蒲焼き 野菜炒め 厚焼玉子 たこボールのお吸い物 柏もち 牛乳 <833kcal></p>	給食なし	
6	7	8	9	10
	 <p>麦ご飯 トマトカレー ロース豚カツ カラフルソテー 牛乳 <804kcal></p>	 <p>麦ご飯 がめ煮 人参とツナの玉子とじ 南瓜の味噌汁 牛乳 <764kcal></p>	 <p>麦ご飯 鯖の照焼 大根のそぼろ煮 いかと野菜の炒め物 もずく汁 八女茶ムース 牛乳 <762kcal></p>	 <p>胚芽食パン 黒豆きなこクリーム 野菜クロック 洋風おから ポークビーンズ 牛乳 <792kcal></p>
13	14	15	16	17
 <p>麦ご飯 親子丼 南瓜のサラダ アセロラフルーツ 牛乳 <797kcal></p>	 <p>麦ご飯 高野豆腐の八目煮 さんまのみぞれ煮 野菜とツナの和え物 りんご 牛乳 <790kcal></p>	 <p>麦ご飯 チーズタッカルビ にんじん焼売 クッパスープ 韓国のり 牛乳 <758kcal></p>	 <p>パンパン きのこの和風スパゲティ 照焼パテ 野菜の胡麻炒め 牛乳 <778kcal></p>	<p>世界の料理☆ポトフ (フランス)</p>  <p>麦ご飯 ソースカツ トマトオムレツ アスパラのソテー ポトフ 牛乳 <811kcal></p>
20	21	22	23	24
給食なし	 <p>麦ご飯 いわし甘露煮 れんこん入り平つくね 野菜ともやしの炒め物 団子汁 牛乳 <817kcal></p>	 <p>わかめご飯 うどん麺 丸天 キャベツと白す干の炒め物 きつねうどん 牛乳 <798kcal></p>	 <p>ワンローフパン ブルーベリージャム バイクドエッグ チキンカツ 野菜ときこのバター醤油炒め ミートボールシチュー 牛乳 <764kcal></p>	 <p>麦ご飯 ピピン丼 焼売 中華サラダ ナタデココフルーツ 牛乳 <773kcal></p>
27	28	29	30	31
 <p>麦ご飯 おろしハンバーグ 千草煮 じゃが芋の味噌汁 牛乳 <779kcal></p>	<p>季節の献立☆山菜ご飯</p>  <p>山菜ご飯 鶏すき いかねぎ焼き 小松菜の味噌汁 牛乳 <811kcal></p>	 <p>麦ご飯 ホキ天玉揚げ 野菜のソテー みたらし団子 はりはり汁 牛乳 <767kcal></p>	 <p>麦ご飯 麻婆茄子豆腐 ショウロンボウ キャベツと鶏団殿スープ ももゼリー 牛乳 <840kcal></p>	<p>アジアの料理☆ガバオライス (タイ)</p>  <p>麦ご飯 ガバオライス ブロッコリーの炒め物 揚げ焼売 トムヤムクン 牛乳 <782kcal></p>