



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
<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ことで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>季節の献立☆山菜ご飯</p>  <p>山菜ご飯 水菜と千切り大根の胡麻和え 甘夏みかん 鶏団子のスープ 柏餅 牛乳 <793kcal></p>	給食なし
5	6	7	8	9
	振替休日	 <p>麦ご飯 ビビンバ(丼) れんこん入り平つくね 中華風スープ ラ・フランスゼリー 牛乳 <810kcal></p>	 <p>麦ご飯 高野豆腐の八目煮 竹輪の磯部揚げ 南瓜のサラダ フルーツ和え 牛乳 <906kcal></p>	 <p>食パン いちじくジャム 野菜コロッケ 洋風おから ポークビーンズ 牛乳 <773kcal></p>
12	13	14	15	16
 <p>麦ご飯 がめ煮 儀助煮 スパゲッティサラダ りんご 牛乳 <773kcal></p>	 <p>麦ご飯 じゃが芋の生姜味噌煮 鯖の照焼き イカと野菜の炒め物 もずく汁 牛乳 <753kcal></p>	<p>世界の料理☆ポトフ(フランス)</p>  <p>麦ご飯 ナポリタン トマトオムレツ バーベキューソース焼き ポトフ 牛乳 <804kcal></p>	 <p>麦ご飯 豚キムチ カレーポテトコロッケ アスパラの金平 牛乳 <840kcal></p>	 <p>麦ご飯 鰯の甘露煮 芽芽玄米入り平つくね 野菜ともやし炒め物 タイビーエン 牛乳 <839kcal></p>
19	20	21	22	23
給食なし	 <p>麦ご飯 ハンバーグ(きのこのソース) アスパラのソテー チンゲン菜のミルクスープ 牛乳 <829kcal></p>	 <p>パンパン きのこの和風スパゲティ ごぼうメンチカツ 野菜とツナのソテー 牛乳 <747kcal></p>	 <p>麦ご飯 鰯の生姜煮 南瓜のそぼろ煮 チンゲン菜の炒め物 味噌けんちん汁 牛乳 <790kcal></p>	<p>世界の料理☆ガバオライス(タイ)</p> <p>写真なし</p> <p>麦ご飯 ガバオライス(具) ブロッコリーの炒め物 揚げ春巻き トムヤムクン 牛乳 <849kcal></p>
26	27	28	29	30
 <p>麦ご飯 チキンカレー ソースとんかつ ほうれん草のソテー 牛乳 <814kcal></p>	<p>季節の献立☆山菜ご飯</p>  <p>麦ご飯 チーズタッカルビ ショウロンボウ 春雨スープ 韓国のり 牛乳 <753kcal></p>	 <p>麦ご飯 さんまのみぞれ煮 れんこんのムニエル 野菜炒め だご汁 牛乳 <807kcal></p>	 <p>麦ご飯 鮭のチーズ焼き 南瓜と豆のホットサラダ カラフルビーマンのソテー ほうれん草のクリームスープ 牛乳 <906kcal></p>	<p>写真なし</p> <p>麦ご飯 鶏すき きびなごの黒ごまフライ いかねぎ焼き 小松菜と肉団子の味噌汁 青リンゴゼリー 牛乳 <934kcal></p>