

日	曜日	献立名	筋肉、骨や歯をつくる			体の調子を整える		エネルギーとなる		IUP (kcal)	蛋白質 (g)	脂質 (g)	食塩 (g)	
			1群 魚肉卵豆、 豆製品	2群 牛乳・ 乳製品 小魚海藻	3群 緑黄色野 菜	4群 その他の野菜 果物	5群 穀類 いも類 砂糖	6群 油脂						
1	木	麦ごはん	豚肉	ツナ	牛乳	にんじん	たまねぎ しょうが にんにく セロリ きゅうり キャベツ	麦ごはん じゃがいも 砂糖	サラダ油	751	25.7	24.0	2.8	
端午の節句献立														
2	金	たけのこごはん	鶏肉	ツナ	牛乳	にんじん ほうれん 草	だけのこ 干しいた け キャベツ 長ねぎ たまねぎ	ごはん 砂糖 じゃがいも かしわもち	サラダ油 ごま油 /IUP マ ネー	761	26.4	23.7	3.2	
八十八夜メニュー														
7	水	抹茶きなこ 揚げパン	きなこ	ツ ナ	牛乳	小松菜 にんじん ほうれん 草	まっちゃ きゅうり キャベツ たまねぎ ほししいたけ	パン 砂糖 ビーフン 片栗粉	サラダ油 ごま油 /IUP オ イル	749	29.2	30.7	2.9	
安政遺足献立														
8	木	ごはん	豚肉	み そ	牛乳	かぼちゃ オクラ にんじん	しいたけ 長ねぎ なす 玉ねぎ 大根 キャベツ きゅうり	ごはん 梅ジャム	ごま油 サラダ油 ごま	750	30.2	28.1	3.0	
9	金	ごはん	豚肉	と ツ ナ	牛乳	にんじん	しょうが たまねぎ しらたき きゅうり キャベツ	ごはん 砂糖 マカロニ	/IUP マ ネー	787	30.2	30.6	2.5	
12	月	こめっこパン	鶏肉	油揚 げ	牛乳	にんじん ピーマン	たまねぎ しょうが みかん もも 洋ナシ りんご パイナップル	パン スパゲティ 砂糖	サラダ油	814	34.5	20.7	2.7	
安政遺足献立														
13	火	麦ごはん (安中産米)	鶏肉	いか	牛乳	にんじん アスパラガ ス トマト	たまねぎ しょうが にんにく だいこん きゅうり セロリ しめじ	麦ごはん じゃがいも 砂糖	サラダ油 /IUP オ イル	746	26.0	22.9	2.8	
14	水	ロールパン	鶏肉		牛乳	にんじん トマト ほうれん 草	たまねぎ マッシュル ーム とうもろこし きゅうり キャベツ みしょうかん	パン ペンネ 小麦粉 砂糖	/IUP オ イル	822	35.1	29.1	2.8	
15	木	ごはん	豚肉		牛乳	にんじん	しょうが にんにく 白菜 長ねぎ もやし キャベツ きゅうり キムチ	ごはん 春巻きの皮 砂糖 片栗粉	サラダ油 ごま油 ごま	811	26.0	32.2	3.0	
16	金	わかめごはん	豚肉		牛乳	にんじん 小松菜	たまねぎ しらたき えだまめ キャベツ とうもろこし	ごはん じゃがいも 砂糖	サラダ油 /IUP マ ネー ごま	761	26.9	22.4	3.3	
19	月	コッペパン きなこクリーム	ベーコン	ツナ	牛乳	トマト	にんにく たまねぎ なす スッキーニ マッシュルーム きゅうり だいこん	パン 砂糖 スパゲティ きなこクリーム	/IUP オ イル	800	28.4	28.0	3.2	
20	火	ごはん (安中産米)	豚肉	鶏肉	牛乳	にんじん	たまねぎ こんにやく だけのこ キャベツ きゅうり	ごはん じゃがいも 砂糖 マカロニ	/IUP マ ネー ごま油	793	27.3	25.7	3.2	
21	水	きつねうどん (バックうどん)	鶏肉	なる と	牛乳	にんじん にら 小松菜	大根 長ねぎ たまねぎ 干しいた け キャベツ	うどん 小麦粉 ガトーショコラ	ごま油 サラダ油	841	27.2	36.2	3.5	
22	木	ごはん	豚肉	卵	牛乳	にんじん にら	はくさいキムチ 大根 長ねぎ 干しいたけ しょうが にんにく キャベツ きゅうり	ごはん 砂糖 はるさめ シュウマイの皮	ごま油 ごま	836	28.8	33.0	3.9	
23	金	ごはん	さば	み そ	牛乳	にんじん	大根 長ねぎ こんにやく 干しいたけ きゅうり キャベツ	ごはん 砂糖 じゃがいも	サラダ油 ラー油 ごま	741	30.4	25.0	3.2	
26	月	背割り コッペパン	豚肉	ウイン ナー	牛乳	にんじん パプリカ	たまねぎ キャベツ しめじ きゅうり	パン パン粉 砂糖 じゃがいも	サラダ油 /IUP オ イル	754	33.0	31.2	3.4	
27	火	ごはん (安中産米)	鶏肉	み そ	牛乳	にんじん	切り干し大根 きゅうり 大根 ごぼう 長ねぎ こんにやく	ごはん 小麦粉 パン粉 砂糖 じゃがいも	サラダ油 ごま ごま油	751	31.5	18.9	3.5	
28	水	コッペパン チョコ大豆ク リーム	豚肉	ウイン ナー	牛乳	にんじん トマト	たまねぎ にんにく しょうが キャベツ きゅうり	パン じゃがいも 砂糖 クルトン チョコ大豆クリーム	サラダ油 /IUP マ ネー	842	33.8	39.4	2.8	
29	木	ごはん	豚肉	豆腐	牛乳	にんじん ピーマン 小松菜	長ねぎ なす しょう が だけのこ にんにく ほししいたけ もやし	ごはん 砂糖 片栗粉	サラダ油 ごま油	719	33.2	25.4	2.7	
30	金	手作り カレーピラフ	ベーコン	鶏肉	牛乳	にんじん	たまねぎ マッシュル ーム きゅうり キャベツ	ごはん 砂糖 小麦粉	/IUP オ イル サラダ油	776	28.2	31.2	3.5	
※ 食材料購入の都合により献立内容に多少の変更が生じる場合もあります。ご了承ください。										月平均	780	29.6	27.9	3.1

※ 食材料購入の都合により献立内容に多少の変更が生じる場合もあります。ご了承ください。

※ 4.5月分の給食費引き落とし日は5月26日です(給食費無料化対象とならない方のみ)。

今月の地場農産物 *太字は、地場農産物(安中市産)の食材です。

【JA碓氷安中】玉ねぎ、スキニーニ、きゅうり、トマト

【あきまのあん】梅ジャム

元気な毎日は、朝ごはんから！
朝ごはんをしっかりと食べて登校しましょう。

