

# 令和6年 5がつ こんだてひょう

桑折町学校給食センター



赤 ち にく  
血や肉となる  
みどり からだ ちようし との  
緑 体の調子を整える  
黄 ねつ ちから もと  
熱や力の元になる

めあて 正しい食事のマナーを身につけよう！

・5月2日(木) こどもの日献立です。  
・5月21日(火)・27日(月)・28日(火)・30日(木)の汁物は、中学3年生が考えてくれました。



		すいようび					もくようび					きんようび									
		1					2					3									
		ぜんまいいため いかあまみそやき					わかめあえ カツオフライ ごまみそがけ														
		ごはん					ごはん					たけのこのみそしる									
		もやしのみそしる					かしわもち														
		赤					緑					黄									
		牛乳、いか、みそ、ぶたにく、さつまあげ、あぶらあげ					牛乳、かつお、みそ、とうふ、わかめ														
		もやし、こまつな、えのき、ぜんまい、にんじん、こんにやく					しょうが、たけのこ、にんじん、いんげん、キャベツ、もやし														
		こめ、さとう、じゃがいも、あぶら					こめ、かたくりこ、あぶら、さとう、ごま、じゃがいも、かしわもち														
		Kcal					Kcal					Kcal									
		P					P					P									
		F					F					F									
		Ca					Ca					Ca									
		塩分					塩分					塩分									
		小					中					大									
		703					696					808									
		27.1					29.3					33.7									
		14.1					15.8					17.5									
		295					307					321									
		2.2					2.0					2.6									
		2.3					2.6					2.6									
幼稚園		幼稚園					幼稚園					幼稚園									
6		7					8					9					10				
こんだて		こんだて					こんだて					こんだて					こんだて				
憲法記念日振替		ごぼうサラダ					みそかんづら					もやしのあえもの					チンジャオロースー				
はるまき		さけフライ					チーズかまぼこ					とりのやくみあえ					はるまき				
赤		赤					赤					赤					赤				
緑		緑					緑					緑					緑				
黄		黄					黄					黄					黄				
小		小					小					小					小				
中		中					中					中					中				
休食校		休食校					休食校					休食校					休食校				
13		14					15					16					17				
こんだて		こんだて					こんだて					こんだて					こんだて				
プロッコリーサラダ		おかかあえ					はるさめサラダ					カルシウムサラダ					ごもくまめ				
ソーセージ		ポークソテー					てづくりミートローフ					ヨーグルト					あじの				
赤		赤					赤					赤					赤				
緑		緑					緑					緑					緑				
黄		黄					黄					黄					黄				
小		小					小					小					小				
中		中					中					中					中				
休食校		休食校					休食校					休食校					休食校				
20		21					22					23					24				
こんだて		こんだて					こんだて					こんだて					こんだて				
コールスローサラダ		きりこんぶにもの					ちゅうかサラダ					ハートレイクサラダ					つけもの				
チキンナゲット		さばのたつたあげ					もちごめにくだんご					のり					からあげカレーあじ				
赤		赤					赤					赤					赤				
緑		緑					緑					緑					緑				
黄		黄					黄					黄					黄				
小		小					小					小					小				
中		中					中					中					中				
休食校		休食校					休食校					休食校					休食校				
27		28					29					30					31				
こんだて		こんだて					こんだて					こんだて					こんだて				
ポテトサラダ		ナムル					オレンジ					ちくわのあえもの					パンパンジーサラダ				
オムレツ		ピピンバ					さんしょくあえ					いわしのかばやき					しゅうまい				
赤		赤					赤					赤					赤				
緑		緑					緑					緑					緑				
黄		黄					黄					黄					黄				
小		小					小					小					小				
中		中					中					中					中				
休食校		休食校					休食校					休食校					休食校				

略	5月平均栄養価	小(基準値)	中(基準値)
kcal	エネルギー(kcal)	650(650)	786(830)
P	たんぱく質(g)	26.4(21~23)	31.4(27~40)
-	炭水化物(g)	88.6	111.4
F	脂質(g)	20.7(14~21)	23.3(18~27)
Ca	カルシウム(mg)	328	350
塩分	食塩相当量(g)	2.2(2.0)	2.7(2.5)

## < 給食センター日記 >

桑折町のホームページ検索欄で「桑折町給食センター 日記」と入力すると毎日の給食や給食センターの様子をみることができます！



★都合により、使用材料や献立が変更になることがありますのでご了承ください。  
★給食内容やお子さんの食習慣など質問がありましたら、センターまで気軽にお電話ください。