



# 令和 4 年度 5 月分 学校給食予定献立表



御殿場市立南学校給食センター 0550-78-6689

日曜日	こんだて	おもに体をつくる もとなる食べ物	おもに体の調子を整える もとなる食べ物	おもにエネルギーの もとなる食べ物	栄養価	
					小学校	中学校
2	うどん			うどん	606	753
	山菜うどんのつゆ	とりにく なんと あぶらあげ	にんじん しいたけ わらび たけのこ しめじ なめこ ねぶかねぎ	あぶら でんぷん		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			18	18
	黒はんぺんフライ	くろはんぺん		パンこ こむぎこ あぶら でんぷん		
	もやしの塩だれ和え		もやし こまつな	こま こまあぶら	31	31
月	お茶プリン			おちゃプリン	2.6	3.3
3	憲法記念日					
4	みどりの日					
5	こどもの日					
6	背割りロールパン			パン	578	771
	ウインナーのピザソース	ウインナー	マッシュルーム たまねぎ トマト バジル	さとう		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			18	17
	ツナとマカロニのソテー	まぐろ	にんじん キャベツ あおピーマン にんにく たまねぎ にんじん じゃがいも とうもろこし	オリーブゆ マカロニ		
	野菜スープ	とりにく	こまつな	オリーブゆ	37	34
金					2.7	3.6
9	ごてんばコシヒカリごはん			こめ	642	773
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	ホイコーロー	ぶたにく みそ	にんじん キャベツ あおピーマン にんにく しょうが	あぶら さとう でんぷん	14	13
	紫芋のごま団子	たまご ぎゅうにゅう		もちこ でんぷん こま さとう あぶら みずあめ マーガリン さつまいも		
	わかめスープ	かまぼこ とうふ わかめ	にんじん たまねぎ ねぶかねぎ	ねぎあぶら	31	27
月					1.6	1.7
10	ごてんばコシヒカリごはん			こめ	647	800
	チキンカレー	とりにく だっしふんにゅう	にんじん たまねぎ グリンピース にんにく しょうが りんご	あぶら じゃがいも ルウ		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			13	13
	イタリアンサラダ		キャベツ とうもろこし あかピーマン	ドレッシング		
	青りんごゼリー			あおりんごゼリー	25	23
火					2.1	2.7
11	緑茶入り角型食パン		りょくちや	パン	606	751
	あん&マーガリン			あん&マーガリン		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			17	18
	鶏肉の照り焼き	とりにく		さとう みずあめ でんぷん		
	ジャーマンポテト	ベーコン	たまねぎ パセリ	オリーブゆ じゃがいも	35	33
水	ウインナーと野菜のスープ	ウインナー	にんじん たまねぎ キャベツ とうもろこし マッシュルーム さやいんげん	あぶら	3.0	3.8
12	ごてんばコシヒカリごはん			こめ	589	739
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	さばの塩こうじ焼き	さば		こうじ		
	たけのこの土佐煮	ぶたにく かつおぶし	たけのこ にんじん こんにゃく	あぶら さとう	18	18
	にらたま汁	かまぼこ たまご	もやし にんじん しいたけ にら	でんぷん	29	26
木					1.7	1.9
13	マーガリン入りロールパン			パン マーガリン さとう	631	873
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	メンチカツ	ぶたにく とりにく	キャベツ	あぶら パンこ こむぎこ でんぷん さとう	14	13
	ハムともやしのソテー	ハム	もやし あおピーマン あかピーマン	オリーブゆ でんぷん		
	グリンピースポターージュ	ベーコン ぎゅうにゅう だっしふんにゅう なまクリーム	にんじん たまねぎ グリンピース	じゃがいも ルウ	40	38
金					2.2	3.4
たべっぴーの静岡食べ物の旅【富士つけナポリタン】						
16	富士つけナポリタン				618	759
	・ソフトめん			ソフトめん		
	・つけナポリタンスープ / ・粉チーズ	とりにく ベーコン なまクリー ム	たまねぎ チンゲンサイ にんじん トマト マッシュルーム にんにく バジル	ルウ オリーブゆ	20	19
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	ホキのバジルフライ	ホキ	バジル	パンこ こむぎこ でんぷん あぶら	28	26
月	アスパラソテー	ハム	アスパラガス とうもろこし キャベツ	オリーブゆ	2.7	3.0
17	ごてんばコシヒカリごはん			こめ	644	833
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	れんこんのはさみ揚げ	とりにく	れんこん たまねぎ しいたけ	あぶら パンこ でんぷん こむぎこ	15	14
	野沢菜炒め		のざわなづけ	こま こまあぶら		
	関東煮	とりにく こんぶ がんも うすらたまご ちくわ	にんじん だいこん こんにゃく	あぶら さとも さとう	30	28
火					2.6	3.1
18	角型食パン			パン	629	769
	チョコクリーム			チョコクリーム		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	ハンバーグ ケチャップソース	とりにく ぶたにく	たまねぎ にんにく しょうが トマト	さとう でんぷん	16	16
	コールスローサラダ		キャベツ とうもろこし あかピーマン	ドレッシング	35	34
水	チキンとポテトのスープ	とりにく	にんじん たまねぎ マッシュルーム パセリ	あぶら じゃがいも	2.9	3.5

