



5月 こんだてひょう(よてい)

(小学校)

献立表、給食だよりは、町のホームページに掲載して
います。
トップ画面の各課の案内 ⇒ 教育課学校教育係
⇒ 給食センターの順にクリック!

2022年

給食回数19回

甘楽町学校給食センター TEL・FAX 74-5072

日 曜	こんだてめい			しょくひんめい						エネルギー (kcal) たんぱく質(g)	家で食べて ほしい食品
	しゅしょく	のみ もの	おかず	あか		みどり		きいろ			
				おむに <small>からだ</small> に <small>おむに</small> 体をつくるもの <small>おむに</small> となる食品	おむに <small>からだ</small> に <small>おむに</small> 体をつくるもの <small>おむに</small> となる食品	おむに <small>からだ</small> に <small>おむに</small> 体をつくるもの <small>おむに</small> となる食品	おむに <small>からだ</small> に <small>おむに</small> 体をつくるもの <small>おむに</small> となる食品	おむに <small>からだ</small> に <small>おむに</small> 体をつくるもの <small>おむに</small> となる食品	おむに <small>からだ</small> に <small>おむに</small> 体をつくるもの <small>おむに</small> となる食品		
2 月	ナン	キーマカレー かいそうサラダ ●ヨーグルト	ぶたにく だいず とろいゆ ヨーグルト	ぎゅうにゆう かいそう	にんじん ピーマン トマト	たまねぎ セロリ しょうが キャベツ	ナン じゃがいも	ごまあぶら	585 24.3	 くだもの	
6 金	ごはん	さけメンチケチャップソースかけ アーモンドあえ とんじる	さけ たら とうふ ぶたにく	ぎゅうにゆう	ごまつな にんじん	キャベツ もやし しいたけ ねぎ だいこん たまねぎ こんにやく	こめ パンこ さとう じゃがいも こむぎこ	あぶら アーモンド	614 22.4	 かいそうるい	
9 月	くろパン	いかナゲット 2こ グリーンサラダ はるやさいのペペロンチーノ	いか たら ベーコン	ぎゅうにゆう	にんじん あかピーマン パセリ	にんにく とうがらし キャベツ マッシュルーム	たまねぎ きゃうり アスパラ	パン スバゲティ こむぎこ	オリーブオイル ドレッシング	623 24.8	 ぎょかいるい
10 火	むぎごはん	ハンバーグアップルソースか け くきわかめのきんぴら にらたまじる	ぶたにく とりにく さつまあげ たまご	ぎゅうにゆう くきわかめ	にんじん にら	にんにく しょうが りんご ごぼう こんにやく	こめ むぎ さとう じゃがいも	あぶら ごま ごまあぶら	650 25.4	 きのこるい	
11 水	たけのごはん	さばのたつたあげ けんちんじる みしょうかん	とりにく さば とうふ ちわ	ぎゅうにゆう	にんじん	たけのこ しいたけ だいこん ごぼう みしょうかん 干しいたけ	こめ さとう かたくりこ	あぶら	645 26.8	 しゅじつるい	
12 木	パックうどん	カミカミかきあげ さんさいうどんじる こまつなのごまマヨあえ	とりにく あぶらあげ かまぼこ いか	ぎゅうにゆう	ごまつな にんじん パセリ	たまねぎ たけのこ えのき しめじ ごぼう ねぎ ほししいたけ キャベツ コーン	うどん こむぎこ	ノンエッグマ ネース ごま あぶら	588 24.2	 いもるい	
13 金	むぎごはん	ハヤシルウ いかくんサラダ アーモンドフィッシュ	ぶたにく いかくんせい	ぎゅうにゆう こぎかな	にんじん グリーンピース トマト	しょうが にんにく りんご マッシュルーム セロリ だいこん きゃうり	こめ むぎ さとう じゃがいも	あぶら アーモンド ごま	620 25.0	 まめるい	
16 月	まるパンスライス	てりやきチキンパーティ コーンサラダ じゃがいものバターに	とりにく ベーコン	ぎゅうにゆう	にんじん	たまねぎ えだまめ キャベツ きゃうり コーン	パン じゃがいも さとう パンこ	バター	635 24.0	 くだもの	
17 火	むぎごはん	ポークしゅうまい はるさめサラダ チンジャオロース	ぶたにく こやうどうふ	ぎゅうにゆう	ピーマン あかピーマン にんじん	しょうが ねぎ もやし たけのこ キャベツ きゃうり たまねぎ	こめ むぎ さとう マロニー かたくりこ こむぎこ	あぶら ごま ごまあぶら	586 23.5	 こぎかな	
18 水	ごはん	さわらのあまみそづけ きりほしだいこんのいために しんじやがのみそじる	さわら あぶらあげ とうふ	ぎゅうにゆう こんぶ	にんじん チンゲンサイ	きりほしだいこん えのき しらたき たまねぎ	こめ さとう じゃがいも はちみつ	あぶら	585 25.5	 まめるい	
19 木	コッペパン ブルーベリージャム	あつやきたまご いそかあえ すいとん	たまご とりにく	ぎゅうにゆう のり	にんじん チンゲンサイ	ねぎ だいこん ほししいたけ もやし キャベツ	パン こむぎこ ジャム	あぶら ごまあぶら	598 25.7	 だいずせいひん	
20 金	カレーピラフ	エピカツ こまつなサラダ オレンジ	ぶたにく えび	ぎゅうにゆう	にんじん グリーンピース ごまつな	たまねぎ コーン マッシュルーム レモン キャベツ きゃうり オレンジ	こめ むぎ パンこ さとう	あぶら ごま	667 25.5	 ぎょかいるい	
23 月	コッペパン いちごジャム	とうふホルのケチャップいため チンゲンサイともやしのサラダ	だいず とりにく ぶたにく	ぎゅうにゆう	にんじん チンゲンサイ	ほししいたけ たまねぎ えだまめ キャベツ もやし コーン	パン じゃがいも さとう ジャム パンこ	あぶら ドレッシング	594 23.4	 しゅじつるい	
24 火	ごはん	きんぴらつつみやき こがねに こまつなのおかかあえ	ぶたにく とりにく あつあげ とうふ	ぎゅうにゆう かつおぶし	にんじん ごまつな	たまねぎ たけのこ こんにやく キャベツ ごぼう	こめ じゃがいも さとう かたくりこ	あぶら	585 25.3	 きのこるい	
25 水	ごはん	かつおフライ ソース ごもくにまめ さわにわか	かつお だいず ぶたにく さつまあげ かまぼこ	ぎゅうにゆう こんぶ	にんじん みずな	こんにやく キャベツ たけのこ えのき ほししいたけ	こめ パンこ さとう こむぎこ	あぶら	586 26.1	 こぎかな	
26 木	パックラーメン	みそラーメンスープ ショーロンポー 2こ こまつなともやしのナムル	ぶたにく とりにく わかめ なると	ぎゅうにゆう わかめ	にんじん にら ごまつな	ねぎ キャベツ コーン もやし たまねぎ	ラーメン さとう こむぎこ かたくりこ	ごまあぶら ごま	615 22.6	 くだもの	
27 金	むぎごはん	ごぼうシャキシャキどんのぐ しんたまねぎとあつあげのみそじる グレープフルーツ	ぶたにく あつあげ	ぎゅうにゆう こんぶ	にんじん あかピーマン きピーマン	ごぼう しょうが しらたき ねぎ たまねぎ グレープフルーツ	こめ むぎ さとう ふ	ごま ごまあぶら	632 28.4	 こぎかな	
30 月	ロールパン	ハムピカタ コーンチャウダー えだまめサラダ	ハム ベーコン たまご	ぎゅうにゆう チーズ	にんじん ひじき	たまねぎ キャベツ えだまめ コーン	パン じゃがいも さとう	ごまあぶら ごま	588 25.2	 だいずせいひん	
31 火	ごはん	いわしのうめに いりどり とうふとわかめのみそじる	いわし とりにく とうふ うずらたまご	ぎゅうにゆう わかめ	にんじん	ごぼう こんにやく しいたけ たけのこ オレンジ うめ	こめ じゃがいも さとう	あぶら	614 25.9	 いもるい	

* 材料購入の関係で、献立を変更する場合があります。

●印は業者配送

...ハッピーにんじんの日

太字の食品は、甘楽・富岡で作られた食材です。
今月の地場産物は、米、きゅうり、小松菜、しいたけ、にら、
にんじん・玉ねぎです。



小学校月平均

エネルギー	611kcal
たんぱく質	24.9g
脂質	20.0g
塩分	2.3g