



献立予定表

令和6年5月 大槌町学校給食センター

日	献立名	エネルギーのもとになる	からだ 体をつくる	からだ 体の調子をととのえる
1 (水)	ごはん ぎゅうにゅう カレーロール あつあげのにも とりのみずたき	◎こめ さとう じゃがいも こむぎこ パンこ あぶら	◎ぎゅうにゅう ◎ぶたにく ◎とりにく あつあげ とうふ	たまねぎ はくさい にんじん ◎ほししいたけ たけのこ きくらげ ごぼう ねぎ いんげん
2 (木)	わかめごはん ぎゅうにゅう とりにくのてりやき やさいとツナのあえもの みそしる こどものひデザート	◎こめ さとう ごま あぶら ゼリー	◎ぎゅうにゅう あぶらあげ わかめ ◎みそ ◎とりにく ツナ とうふ	しょうが にんじん ほうれんそう はくさい キャベツ ねぎ パプリカ ◎ちやし
7 (火)	ごはん ぎゅうにゅう ほうぎょうざ ちゅうかサラダ はっほうさい がっきゅうだいふく	◎こめ あぶら はるさめ かたくりこ さとう だいふく ごま ごまあぶら	◎ぎゅうにゅう いか とりにく ◎ぶたにく くらげ えび	キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん ねぎ はくさい にら たけのこ しょうが ◎ほししいたけ いんげん きくらげ
8 (水)	ごはん ぎゅうにゅう チキンみそカツ さんさいのにも すきやきに	◎こめ ぶ パンこ こむぎこ あぶら さとう	◎ぎゅうにゅう とうふ ◎とりにく みそ さつまあげ ◎ぶたにく	ぶき たけのこ わらび こんにゃく ぜんまい はくさい ごぼう にんじん にんじん たまねぎ ねぎ しめじ
9 (木)	ごはん ぎゅうにゅう えびいかやさいかきあげ ぶたにくとごぼうのあまからに みそしる	◎こめ こむぎこ あぶら さとう じゃがいも	◎ぎゅうにゅう ◎みそ えび あぶらあげ いか ◎ぶたにく ◎わかめ	たまねぎ いんげん にんじん こんにゃく しゅんぎく えのき ごぼう ねぎ しょうが
10 (金)	むぎごはん ぎゅうにゅう とうふハンバーグ だいこんサラダ ハッシュドポーク	◎こめ じゃがいも むぎ ハヤシルー さとう バター オリーブゆ	◎ぎゅうにゅう とうふ とりにく とうふ ◎ぶたにく	たまねぎ にんにく きゅうり にんじん パプリカ アスパラガス とうもろこし マッシュルーム トマト
13 (月)	コッペパン ぎゅうにゅう ミルクコーヒー かぼちゃコロッケ チキンサラダ ワントンスープ	◎パン ワンタンかわ さとう パンこ こむぎこ あぶら	◎ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく	かぼちゃ ブロッコリー たまねぎ とうもろこし キャベツ にんじん きゅうり はくさい パプリカ ねぎ たけのこ ほうれんそう ◎ほししいたけ
14 (火)	ごはん ぎゅうにゅう セルフピビンパ わかめスープ チーズドック	◎こめ チーズドック あぶら さとう ごま ごまあぶら	◎ぎゅうにゅう ◎ぶたにく ◎わかめ チーズ	しょうが きゅうり にんにく ぜんまい ◎ちやし キャベツ にんじん たまねぎ ほうれんそう えのき とうもろこし
15 (水)	ごはん ぎゅうにゅう にくだんご こうやとうふのにも みそしる	◎こめ パンこ ごまあぶら あぶら さとう	◎ぎゅうにゅう ◎とりにく ◎ぶたにく とうふ ◎みそ	たまねぎ いんげん しょうが ほうれんそう にんじん はくさい ごぼう ねぎ たけのこ
16 (木)	ごはん ぎゅうにゅう とりのからあげ おひたし こんさいじる	◎こめ かたくりこ あぶら じゃがいも	◎ぎゅうにゅう ◎みそ ◎とりにく のり かつおぶし ◎ぶたにく	しょうが だいこん ほうれんそう れんこん ◎ちやし ねぎ にんじん ごぼう
17 (金)	ちゅうかたきこみごはん ぎゅうにゅう さけのしおこうじやき ごもくまめ みそしる ジュシーフルーツ	◎こめ じゃがいも もちごめ さとう ごまあぶら かたくりこ	◎ぎゅうにゅう ◎わかめ ◎ベーコン ◎みそ	パプリカ にんじん ◎ほししいたけ だいこん さけ えだまめ グリーンピース こんにゃく ごぼう しめじ ねぎ ジュシーフルーツ

日	献立名	エネルギーのもとになる	からだ 体をつくる	からだ 体の調子をととのえる
20 (月)	コッペパン いちごジャム ぎゅうにゅう ポテトのオープンやき まめときよかいのサラダ ジュリエンスープ	◎パン さとう じゃがいも パンこ	◎ぎゅうにゅう えび ◎とりにく いか ◎だいす いんげんまめ エジプトまめ	いちご キャベツ たまねぎ セロリ にんじん はくさい えだまめ えのき きゅうり パセリ
21 (火)	ごはん ぎゅうにゅう えびカツ にんじんしりしり みそしる シュークリーム	◎こめ パンこ こむぎこ あぶら シュークリーム	◎ぎゅうにゅう とうふ えび ◎みそ たまご ツナ かつおぶし	にんじん キャベツ こんにゃく ねぎ たまご たけのこ いんげん こまつな
22 (水)	ごはん ぎゅうにゅう チーズハンバーグソースかけ きんぴらごぼう はくさいとあさりのスープ	◎こめ パンこ ごま あぶら ごまあぶら	◎ぎゅうにゅう ◎とりにく あさり とうふ	たまねぎ にんじん りんご はくさい ごぼう ねぎ たけのこ ほうれんそう こんにゃく
23 (木)	ごはん ぎゅうにゅう さばのみそづけやき いとこんともやしのいためもの とりだんごのみそスープ ジュシーフルーツ	◎こめ さとう あぶら パンこ	◎ぎゅうにゅう とうふ ☆さば ◎みそ あぶらあげ とりにく	しょうが たまねぎ ◎ちやし だいこん にんじん ねぎ いんげん こまつな こんにゃく ◎ほししいたけ ジュシーフルーツ
24 (金)	むぎごはん ぎゅうにゅう チキンナゲット ツナサラダ カレー	◎こめ じゃがいも むぎ カレールー かたくりこ あぶら さとう	◎ぎゅうにゅう とりにく ◎ぶたにく ツナ だっしふんにゅう	キャベツ たまねぎ きゅうり グリンピース にんじん にんにく ブロッコリー ◎りんご とうもろこし
27 (月)	コッペパン ぎゅうにゅう しゅうまい やさいうめドレッシングあえ みそラーメン	◎パン じゃがいも こむぎこ さとう ちゅうかめん ごまあぶら	◎ぎゅうにゅう ◎ぶたにく	たまねぎ パプリカ しょうが うめ ほうれんそう にんにく ブロッコリー はくさい キャベツ にんじん とうもろこし ねぎ にら
28 (火)	ごはん ぎゅうにゅう たらのあますあんかけ はくさいのツナあえ どさんこじる レモンゼリー	◎こめ バター あぶら ゼリー さとう かたくりこ じゃがいも	◎ぎゅうにゅう ◎みそ たら ツナ あぶらあげ ◎ぶたにく	パプリカ しょうが はくさい たまねぎ ◎ちやし とうもろこし きゅうり だいこん にんじん ねぎ にら にんにく レモン
29 (水)	ごはん ぎゅうにゅう ぶたみそステーキ やさしいため さわにわん	◎こめ さとう あぶら	◎ぎゅうにゅう あぶらあげ ◎ぶたにく ◎みそ ◎ウイナー ◎とりにく	しょうが たまねぎ にんにく ピーマン ◎ちやし とうもろこし キャベツ ごぼう にんじん だいこん ◎ほししいたけ ねぎ
30 (木)	ごはん ぎゅうにゅう チーズメンチカツ さんりくめかぶあえ さんさいなめこじる	◎こめ パンこ こむぎこ あぶら	◎ぎゅうにゅう かつおぶし とりにく とうふ ぶたにく あぶらあげ チーズ ◎めかぶ	たまねぎ わらび はくさい ふき きゅうり みず にんじん ひめたけ えのき なめこ しめじ ねぎ
31 (金)	ごはん ぎゅうにゅう とりとこんさいのひらつくね くきわかめのいために みそしる パイン(かん)	◎こめ さとう さといも パンこ あぶら ごまあぶら	◎ぎゅうにゅう とりにく ◎くきわかめ さつまあげ とうふ	たまねぎ メンマ れんこん いんげん ごぼう ほうれんそう にんじん キャベツ こんにゃく ねぎ パインアップル

☆印は大槌町産です。 ◎印は岩手県産食材です。
 ※海産物や魚肉加工品には魚卵・えび・かになどのアレルギーが含まれる場合があります。
 ※都合により献立を変更する場合がありますのでご了承ください。