



# 5月よていこんだて



A(赤堀小・赤堀南小・赤堀東小・赤堀中・あかぼり幼稚園)

伊勢崎市第一東学校給食調理場

日	曜	献立名		主な材料名						栄養価		
				体をつくる(あか)		体のちようしをととのえる(みどり)		ねつや力のもとになる(きいろ)		I類* - (kcal)	たんぱくつ (g)	
				たんぱく質	無機質	カロテン	ビタミン・食物繊維	炭水化物	脂肪			
1	月	ロールパン	牛乳	ポテトカップグラタン コーンサラダ(ド) ブラウンシチュー	ぶた肉	牛乳 生クリーム	にんじん トマト	キャベツ きゅうり コーン たまねぎ ほうれんそう	パン じゃがいも	ドレッシング 油	678 845	21.9 26.4
2	火	ごはん	牛乳	【行事食～端午の節句～】 赤魚の白しょうゆ焼き たけのこごはんの具 豚汁 かしわもち◆	赤魚 とり肉 油あげ ぶた肉 とうふ みそ	牛乳	にんじん	たけのこ えだまめ ごぼう こんにやく だいこん ねぎ	ごはん さとう じゃがいも かしわもち	油	678 847	32.4 39.7
8	月	ごはん	牛乳	さわらの野菜あんかけ うま塩キャベツ すいとん	さわら	牛乳	にんじん ピーマン こまつな	えのきたけ キャベツ きゅうり だいこん ねぎ しいたけ	ごはん さとう かたくりこ すいとん	油	636 816	24.5 29.6
9	火	ごはん	牛乳	厚焼きたまご じゃがいものそばろ煮 田舎汁	たまご ぶた肉 さつまあげ あつあげ みそ	牛乳	にんじん こまつな	たまねぎ グリンピース もやし だいこん ねぎ	ごはん じゃがいも さとう	油	604 775	25.5 31.0
10	水	ゆでめん	牛乳	菜の花とたけのこのかき揚げ 千草あえ 山菜うどんの汁	とり肉 油あげ	牛乳	にんじん こまつな なのはな	キャベツ 山菜 たまねぎ ねぎ えのきたけ たけのこ	ゆでめん こまつな えのきたけ さとう	油 ごま	624 771	21.6 26.7
11	木	ごはん	牛乳	【郷土料理～高知県～】 かつおメンチ(ソ) 土佐和え 若竹汁	かつお かつおがし えびボール とうふ	牛乳 わかめ	こまつな にんじん	もやし たけのこ だいこん ねぎ	ごはん さとう パン粉	油	605 753	26.6 32.2
12	金	食パン いちごジャム	牛乳	照り焼きチキン フレンチサラダ(ド) コーンクリームスープ	とり肉 ベーコン	牛乳 生クリーム	赤ピーマン パセリ	しょうが キャベツ きゅうり コーン たまねぎ	パン いちごジャム	ドレッシング 油	637 815	27.7 35.3
15	月	ごはん	牛乳	ハヤシライス 枝豆サラダ(ド) ナタデココフルーツあえ	ぶた肉	牛乳 生クリーム	にんじん	にんにく たまねぎ エリンギ キャベツ きゅうり えだまめ コーン パイン もも	ごはん ナタデココ	油 ドレッシング	656 848	22.1 26.9
16	火	背割れコッパパン	牛乳	白身魚スティックフライ(タルタルソース) マカロニのミートソース煮 コンソメスープ ミニレモンゼリー◆	ホキ ぶた肉 大豆	牛乳	ピーマン にんじん	たまねぎ エリンギ キャベツ だいこん コーン	パン マカロニ さとう パン粉 レモンゼリー	油 タルタルソース	661 788	26.2 30.5
17	水	ごはん	牛乳	みそだれ焼肉 ナムル トッポグスープ	ぶた肉 みそ	牛乳	にんじん こまつな チンゲンサイ	たまねぎ ねぎ しょうが にんにく もやし だいこん えのきたけ	ごはん さとう トッポギ	油 ごま ごま油	600 774	23.9 29.7
18	木	ココアパン	牛乳	ハムチーズピカタ(ケ) ごぼうサラダ(ド) 春野菜のポト	ハム たまご フランクフルト	牛乳 チーズ	にんじん アスパラガス	ごぼう きゅうり だいこん キャベツ たまねぎ	パン じゃがいも	ドレッシング	644 842	24.2 30.8
19	金	ごはん	牛乳	【群馬の伝統食～こんにやくのきんぴら～】 おじ焼豆腐(ソ) こんにやくのきんぴら 新じゃがいものみそ汁	おじ さつまあげ とうふ 油あげ みそ	牛乳 あおのり	にんじん こまつな	ごぼうこんにやく しいたけ たまねぎ えのきたけ	ごはん さとう じゃがいも パン粉	油	641 821	22.8 28.6
22	月	こめつこぱん	牛乳	ハンバーグケチャップソースかけ かいそうサラダ(ド) ABCスープ	ぶた肉 とり肉 ベーコン うずら卵	牛乳 かいそう	にんじん	だいこん きゅうり キャベツ たまねぎ コーン	パン さとう マカロニ	油 ドレッシング	613 779	29.5 37.0
23	火	ごはん	牛乳	【かみかみ献立】 鶏唐揚げ(ケ) 切干大根のカムカムあえ 高野豆腐のみそ汁	とり肉 こうやどろみ みそ	牛乳	にんじん こまつな チンゲンサイ	しょうが にんにく 切干だいこん もやし だいこん たまねぎ えのきたけ	ごはん かたくり さとう	油 ごま油	656 788	25.0 28.7
24	水	ごはん	牛乳	さばの味噌煮 肉じゃが 鶏つみれ汁	さば みそ ぶた肉 とり肉 とうふ	牛乳	にんじん こまつな	たまねぎ しらす だいこん ねぎ えのきたけ しょうが	ごはん じゃがいも さとう	油	620 809	29.3 37.7
25	木	麦ご飯	牛乳	まめとんカレー アスパラサラダ(ド) 冷凍パイン	ぶた肉 大豆	牛乳	にんじん アスパラガス	たまねぎ しょうが にんにく キャベツ きゅうり パイン	むぎ ごはん じゃがいも	油 ドレッシング	632 814	21.1 25.7
26	金	中華めん	牛乳	揚げ上州ぎょうざ(2) キムチあえ 味噌ラーメンスープ	ぶた肉 なると みそ	牛乳	にんじん にら	きゅうり キャベツ もやし たまねぎ ねぎ コーン しょうが にんにく	中華めん ぎょうざの皮	油 ごま油	601 819	23.5 30.4
29	月	ごはん	牛乳	【世界の料理～中国～】 フーヨーハイ 春雨サラダ 八宝菜 杏仁豆腐◆	かに たまご ぶた肉 いか えび うずら卵	牛乳 杏仁豆腐	にんじん チンゲンサイ	きゅうり もやし キャベツ たけのこ しょうが にんにく	ごはん さとう かたくり はるさめ	ごま油 油	638 807	27.4 33.6
30	火	ゆめロール	牛乳	チキンフィレオ ジャーマンポト コーンチャウダー	とり肉 ベーコン	牛乳 生クリーム	パセリ にんじん こまつな	たまねぎ コーン	パン じゃがいも	油 バター	691 862	25.5 29.6
31	水	ごはん	牛乳	おじ一夜干し ひじきの炒り煮 厚揚げのみそ汁	おじ とり肉 大豆 油あげ あつあげ みそ	牛乳 ひじき	にんじん こまつな	こんにやく だいこん たまねぎ	ごはん さとう じゃがいも	油	607 781	31.4 39.0

・材料の都合等で献立が変更になる場合があります。  
・栄養価の数字は上段小学校、下段中学校です。  
・(ド)はドレッシング、(ソ)はソース、(ケ)はケチャップです。  
・◆印がついているものは学校配送です。

今月の給食では、そばと同じ製造工場で作られているものではありません。

小学校	平均 基準値	636 650	25.6 31~33
中学校	平均 基準値	807 830	21~27 27~42

- 今月の行事食
- 2日 行事食～端午の節句～
  - 11日 郷土料理～高知県～
  - 19日 群馬県の伝統食～こんにやくのきんぴら～
  - 23日 かみかみ献立
  - 29日 世界の料理～中国～

第一調理場の給食(食材)は、毎週1回放射性物質検査を実施して安全確認をしております。先月に行った検査では放射性物質不検出でしたので安全が確認できました。

5月分の給食費引落とし日は5月31日(水)です。  
給食費の未納は皆さんの給食に影響いたします。  
引落日前日までに口座残高の確認をお願いします。



献立表は市ホームページにも掲載しています。



5月 地場産物

ごはん にら きゅうり  
こまつな だいこん

保護者のみなさまへ

給食当番の着る白衣は、クワスのみなどで使います。  
お子さんが給食当番の時は、週末の洗濯やアイロンがけ、  
ボタンが取れていたらボタンつけなどをお願いいたします。