

令和2年度



がつ こんだてひょう
5月の献立表

こんだてもくひょう しんりょく かん た
献立目標『新緑を感じて食べよう』

掛川市大東学校給食センター

※だしやエキス、食品添加物等の記載はしていません。

| 日曜 | こんだて | きいろのしょくひん ねつやちからになるもの | | あかいろのしょくひん 体をつくるもの | | みどりいろのしょくひん 体のちようしをととのえるもの | その他の調味料 | 【栄養素】 エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 脂質(g) 塩分(g) | おしらせ |
|-----------|------------------|--------------------------|------|-----------------------|----------|-------------------------------|----------------------------|--|-----------------------|
| | | 炭水化物 | 資質 | たんぱく質 | 無機質 | ビタミン | | | |
| 28 (木) | せわれソフトフランスパン | こむぎこ さとう | あぶら | | だっしふんにゅう | | 塩 | 633 | 世界の料理 「トルコ」 |
| | ぎゅうにゅう | | | | ぎゅうにゅう | | | 27.6 | |
| | しろみぎかなフライのソースかけ | パンこ さとう | こむぎこ | たら | | | クチャップ ソース りゅう 塩 こしょう | 22.4 3.3 | |
| | フレンチサラダ | さとう | あぶら | | | キャベツ きゅうり たまねぎ レモン | 塩 こしょう | 781 | |
| | やさいとパスタのスープ | マカロニ | | ウインナー | | たまねぎ にんじん こまつな コーン えのきたけ | 塩 こしょう | 32.9 26.9 4.1 | |
| 29 (金) | ごはん | こめ | | | | | | 672 | レバーを食 べて鉄分を とろう |
| | ぎゅうにゅう | | | | ぎゅうにゅう | | | 31.1 | |
| | とりにくとレバーのミックスソース | でんぷん さとう | あぶら | とりにく とりレバー みそ | | しょうが | トトビ ール 醤油 酒 ソース | 18.1 1.4 | |
| | あおなとじゃこのソテー | | あぶら | | しらす | チンゲンサイ ほうれんそう にんじん にんにく | 醤油 塩 こしょう | 834 | |
| | まめとやさいのスープ | ひよこまめ レンズまめ | | ウインナー | | キャベツ たまねぎ にんじん | 塩 こしょう | 38.2 21.2 2.1 | |

※給食ではアレルギー表示義務・推奨28品目のうち、「そば」「いくら」「あわび」「まつたけ」は使用しません。
 ※毎月19日は食育の日です。日本の優れた伝統的な食文化について理解を深めるために、毎月19日前後に和食の献立を取り入れます。
 ※都合により献立を変更することがあります。

☆☆5月分給食費振替日は5月29日(金)です。☆☆