



令和3年 5月 学校給食献立表

近江八幡市教育委員会



近江八幡市
学校給食センターHP

【小学校】

| 日曜日 | 献立名 | おもな材料 | | |
|--------|---|---|---------------------------------------|---|
| | | おもにエネルギーのもとになる | おもに体をつくるもとになる | おもに体の調子を整えるもとになる |
| 6日(木) | 【端午の節句こんだて】 ソフトめん とりあんかけ汁 かつおフライ いんげんのごまあえ かしわもち | 牛乳 ソフトめん でんぶん 油 ごま かしわもち | 牛乳 とり肉 かまぼこ かつおフライ | たまねぎ にんじん 青ねぎ えのきたけ さやいんげん キャベツ |
| 7日(金) | 【かみかみの日】 麦ごはん 焼きししゃも ごぼうの和風あえ ふた肉とかぼちゃのうま煮 | 米 麦 油 ドレッシング さとう | 牛乳 ししゃも とり肉 ふた肉 ちくわ あつあげ | ごぼう きゅうり かぼちゃ (こんにゃく) |
| 10日(月) | ごはん コーンシューマイ バンサンスー マーボーどうふ | 米 はるさめ さとう でんぶん | 牛乳 コーンシューマイ とうふ ふた肉 みそ 八丁みそ | きゅうり 黄ピーマン たまねぎ にんじん たけのこ しいたけ 青ねぎ にんにく しょうが |
| 11日(火) | 麦ごはん ほっけの一夜干し ひじき豆煮 白玉汁 | 米 麦 さとう 白玉もち | 牛乳 ほっけ ひじき 大豆 さつまあげ とり肉 | (赤こんにゃく) にんじん たまねぎ ほうれんそう |
| 12日(水) | 【オリンピック開催国めぐり～イギリス(ロンドン)～】 食パン ハムステーキ コロネーションサラダ 大麦とやさいのスープ | 食パン じゃがいも ドレッシング 大麦 | 牛乳 ハム とり肉 | とうもろこし きゅうり たまねぎ にんじん キャベツ エリンギ |
| 13日(木) | ごはん とりのからあげ もやしの香味あえ ビーフンスープ | 米 でんぶん 油 ドレッシング ビーフン | 牛乳 とり肉 ツナ 焼きふた | にんにく しょうが もやし こまつな チンゲンサイ たまねぎ にんじん |
| 14日(金) | 【和食の日】 麦ごはん さわらのてり焼き くきわかめのそぼろいため 春キャベツのみそ汁 | 米 麦 さとう ごま油 | 牛乳 さわら くきわかめ 牛肉 とうふ 油あげ みそ | さやいんげん (赤こんにゃく) キャベツ にんじん たまねぎ しめじ 青ねぎ |
| 17日(月) | ごはん あつあげのそぼろあんかけ 和風あえ かきたま汁 | 米 さとう でんぶん ドレッシング | 牛乳 あつあげ ふた肉 とり肉 かまぼこ たまご とうふ | キャベツ さやいんげん にんじん たまねぎ みつば |
| 18日(火) | 【はちまんの日】 麦ごはん いさざのゆかりあげ いそあえ すき焼き煮 | 米 麦 でんぶん 油 じゃがいも 丁字ふ さとう | 牛乳 いさざ のり 牛肉 焼きとうふ | 赤しそ こまつな もやし たまねぎ えのきたけ (赤こんにゃく) 青ねぎ |
| 19日(水) | キャロットピラフ とり肉のピザソース焼き アスパラソテー 豆乳スープ | 米 油 ホワイトルウ | 牛乳 とり肉 ウインナー 豆乳 | キャロットピラフのもと アスパラガス キャベツ たまねぎ にんじん ブロッコリー マッシュルーム |

| 日曜日 | 献立名 | おもな材料 | | |
|--------|--|--------------------------------------|--|--|
| | | おもにエネルギーのもとになる | おもに体をつくるもとになる | おもに体の調子を整えるもとになる |
| 20日(木) | 中華めん とんこつラーメン汁 あげぎょうざ ほうれんそうともやしのあえもの ココアのもと | 中華めん 油 さとう ごま油 ココアのもと | 牛乳 ふた肉 なると ぎょうざ ツナ | たまねぎ にんじん 青ねぎ もやし ほうれんそう |
| 21日(金) | 麦ごはん いかのバジル焼き コーンサラダ ポークカレー | 米 麦 ドレッシング じゃがいも カレールウ | 牛乳 いか ふた肉 | バジル とうもろこし だいこん きゅうり たまねぎ にんじん りんご |
| 24日(月) | ごはん さけのかんきつ風味焼き じゃがいもの煮ころがし ふた汁 | 米 ドレッシング じゃがいも さとう 油 | 牛乳 さけ ふた肉 とうふ みそ | さやいんげん にんじん だいこん ごぼう 青ねぎ |
| 25日(火) | 麦ごはん にら入りたまご焼き キャベツのみそいため トッポギスープ | 米 麦 でんぶん ごま油 さとう トッポギ | 牛乳 たまご ツナ おから あつあげ 八丁みそ とり肉 | にら なめたけ キャベツ ピーマン たまねぎ にんじん チンゲンサイ |
| 26日(水) | きなこパン わかめサラダ ひよこ豆シチュー オレンジゼリー | コッペパン 油 さとう ハヤシルウ ひよこ豆 オレンジゼリー | 牛乳 きなこ わかめ ふた肉 | だいこん きゅうり たまねぎ にんじん |
| 27日(木) | ごはん さばの塩焼き きりぼしだいこん煮 すまし汁 | 米 さとう | 牛乳 さば さつまあげ とり肉 とうふ | きりぼしだいこん にんじん さやいんげん たまねぎ えのきたけ ほうれんそう |
| 28日(金) | 【はちまんの日】 麦ごはん おろしハンバーグ にんじんのツナぼんすあえ 打ち豆汁 | 米 麦 さとう でんぶん | 牛乳 ハンバーグ ツナ 打ち豆 とうふ 油あげ みそ | だいこん にんじん きゅうり たまねぎ 青ねぎ (赤こんにゃく) |
| 31日(月) | ごはん あじのかば焼き こんぶあえ かぼちゃのみそ汁 | 米 油 さとう | 牛乳 あじ こんぶ とうふ 油あげ みそ | キャベツ きゅうり にんじん かぼちゃ たまねぎ 青ねぎ |

☆学校行事・材料等の都合で、献立を変更する場合があります。

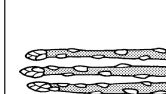
クイズ

アスパラガスの
保存方法はどっち?

①立てて保存



②横にして保存



(答え)

正解は①の立てて保存です。アスパラガスは、倒れても起き上がろうとする習性があるため、横にして保存すると上に伸びようとして穂先の方から曲がってしまいます。