

# 令和6年5月 学校給食予定献立表

日 曜	こんだて	体の中での主なほたらき						その他 調味料
		体をつくるものになる食品		体の働きを助ける食品		エネルギーのもとになる食品		
		1群 たんぱく質	2群 無機質	3群 ビタミン	4群 無機質	5群 炭水化物	6群 脂質	
		魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・小魚 海藻	緑黄色野菜	その他の野菜 果物	穀類・いも類 砂糖	油脂	
1 (水)	主食	ごはん					ごはん	
	主菜	鶏肉の香味ダレ	鶏肉			しょうが 長ねぎ	砂糖 でん粉	油
	副菜	海そうサラダ	★海藻サラダ	にんじん		きゅうり キャベツ とうもろこし		ごま油
	他	ワンタンスープ		小松菜 にんじん		もやし えのきだけ しいたけ 長ねぎ しょうが	★ワンタンの皮	ごま油
2 (木)	主食	だけのこごはん	鶏肉 油揚げ		さやいんげん にんじん	しいたけ だけのこ	こめ おこわ こんにゃく 砂糖	
	主菜	ハンバーグ照り焼きソース	★ハンバーグ				砂糖 でん粉	
	副菜	ごまあえ	こどもの日献立		ほうれん草 にんじん	キャベツ もやし	砂糖	ごま
	他	粕もち					★粕もち	
7 (火)	主食	きなこ揚げパン	きなこ				コッパン 砂糖	油
	主菜	チキンと野菜のスープ	鶏肉		小松菜 にんじん	セロリ たまねぎ しめじ		
	副菜	クルトンサラダ			ブロッコリー にんじん	キャベツ とうもろこし	★クルトン	ノンエッグマヨネーズ オリーブオイル
	他	お祝いいちごゼリー	入園・進級 お祝い献立				★いちごゼリー	
8 (水)	主食	ごはん					ごはん	
	主菜	あじのトマトソース	★あじフライ		トマト	たまねぎ 長ねぎ しょうが	砂糖	油
	副菜	ベーコンとひじきのサラダ	ベーコン	ひじき		キャベツ 枝豆	砂糖	油
	他	たまごスープ	卵 豆腐		ほうれん草 にんじん	たまねぎ	でん粉	
9 (木)	主食	麦ごはん					麦ごはん	
	主菜	ボークカレー	豚肉		にんじん	たまねぎ 長ねぎ グリーンピース フルーン	じゃがいも	油
	副菜	大根サラダ	ハム		パセリ にんじん	大根 きゅうり とうもろこし にんにく		油
	他	ヨーグルト		★ヨーグルト				
10 (金)	主食	コッパン					コッパン	
	主菜	いちごジャム					★いちごジャム	
	副菜	チキンナゲット	★チキンナゲット					
	他	フレッシュサラダ	ハム		小松菜 にんじん	キャベツ きゅうり		オリーブオイル 油
13 (月)	主食	ごはん					ごはん	
	主菜	鮭のマヨネーズ焼き	鮭切身	牛乳 生クリーム 粉チーズ	パセリ	たまねぎ しめじ		ノンエッグマヨネーズ
	副菜	こんぶあえ	塩こんぶ			きゅうり キャベツ		
	他	大根燗	豚肉		にんじん	大根 長ねぎ ごぼう	里いも 糸こんにゃく	
14 (火)	主食	ソフトメン					ソフトメン	
	主菜	鶏うどん汁	豚肉		小松菜 にんじん	たまねぎ しいたけ		
	副菜	じゃがいもとコーンのかき揚げ			にんじん	とうもろこし たまねぎ 枝豆	小麦粉 じゃがいも	油
	他	からしあえ	ハム		ほうれん草 にんじん	きゅうり		
15 (水)	主食	ごはん					ごはん	
	主菜	肉じゃが	豚肉		にんじん	だけのこ しいたけ グリーンピース	じゃがいも こんにゃく 砂糖	油
	副菜	五色あえ	ハム ★いり玉子		ほうれん草 にんじん	白菜	砂糖	油
	他	納豆	★納豆					
16 (木)	主食	ごはん					ごはん	
	主菜	中華の揚げ煮					★中華 小麦粉 砂糖	油
	副菜	切干し大根のバター炒め	ベーコン		さやいんげん にんじん	切干し大根 にんにく		油 無塩バター
	他	豚汁	豚肉 豆腐 みそ		小松菜 にんじん	大根 長ねぎ ごぼう		油

※ 都合により、献立や材料を変更することがありますので、ご了承ください。★は加工食品です。

茨城町の食材は、米・にらです。  
ひぬ丸くんメニューの茨城町の食材は、キャベツ・ピーマン・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・メロンです。  
茨城県の食材は、ソフトメン・牛乳・卵・小松菜・ほうれん草・パセリです。



茨城町のマスコットのひぬ丸くんです。  
ひぬ丸くんのマークが付いている食材は 茨城町産 です。

茨城町学校給食共同調理場

日 曜	こんだて	体の中での主なはたらき						その他 調味料	
		体をつくるものになる食品		体の働きを助ける食品		エネルギーのもとになる食品			
		1群 たんぱく質	2群 無機質	3群 ビタミン	4群 無機質	5群 炭水化物	6群 脂質		
		魚・肉・卵 豆・豆腐類	牛乳・小魚 海藻	緑黄色野菜	その他の野菜 果物	穀類・いも類 砂糖	油脂		
17 (金)	主食	ドッグパン					ドッグパン		
	主菜	ポークチャップ焼き	豚肉		トマト	たまねぎ しょうが にんにく	砂糖 でん粉	油	ケチャップ 酒 ★ウスターソース 酢 ★チリパウダー 塩
	副菜	ブロッコリーのサラダ			ブロッコリー にんじん	キャベツ とうもろこし にんにく	砂糖	オリーブオイル	酢 酒 黒こしょう 塩
		白菜とベーコンのスープ	ベーコン		ほうれん草 にんじん	たまねぎ 白菜 マッシュルーム		油	野菜ブイヨン 塩 こしょう
他	牛乳								
20 (月)	主食	ごはん					ごはん		
	主菜	親子煮	鶏肉 卵		にんじん	たまねぎ グリンピース	しらたき 砂糖 ジャがいも	油	しょうゆ みりん
	副菜	ピリ辛あえ			ブロッコリー にんじん	キャベツ きゅうり とうもろこし にんにく	砂糖	ごま油	しょうゆ 酢 塩 一味唐辛子
	他	牛乳							
21 (火)	主食	ミルクパン					ミルクパン		
	主菜	チキンカチャトラ	鶏肉	粉チーズ	パセリ トマト にんじん	たまねぎ にんにく セロリ マッシュルーム		オリーブオイル	塩 こしょう 白ワイン ケチャップ ローレル
	副菜	パスタサラダ			にんじん	きゅうり キャベツ	スパゲッティ	オリーブオイル	酢 塩 こしょう
		ビーンズスープ	ベーコン ★ミックスドビーンズ		小松菜 にんじん	たまねぎ エリンギ セロリ	大麦 ジャがいも		野菜ブイヨン 塩 こしょう
	他	牛乳							
22 (水)	主食	ごはん					ごはん		
	主菜	鶏肉のカレー揚げ	鶏肉			しょうが	砂糖 米粉 でん粉	油	しょうゆ 酒 カレー粉
	副菜	土佐あえ	★かまぼこ かつお節		小松菜	キャベツ きゅうり	三温糖	油	しょうゆ 酢 塩
		美たくさん汁	豆腐 油揚げ みそ		にんじん	大根 白菜 しめじ 長ねぎ	こんにゃく		混合だし
他	牛乳								
23 (木)	主食	ごはん					ごはん		
	主菜	厚揚げと野菜のみそ煮	豚肉 厚揚げ みそ		小松菜 にんじん	キャベツ たまねぎ にんにく しょうが	でん粉 砂糖	油	しょうゆ 酒 一味唐辛子 ★オイスターソース
	副菜	もやしにらのあえもの			にんじん にら	もやし	三温糖	ごま油	しょうゆ
	他	牛乳							
24 (金)	主食	米パン					米パン		
	主菜	ホキのレモンペッパーフライ	★ホキのレモンペッパー フライ					油	
	副菜	ほうれん草のサラダ	鶏肉		ほうれん草 にんじん	もやし しょうが にんにく	砂糖	オリーブオイル	しょうゆ 塩 こしょう 酢
		コンソメスープ	ウィンナー		小松菜 にんじん	キャベツ セロリ たまねぎ			野菜ブイヨン 塩 こしょう
他	牛乳								
27 (月)	主食	ごはん					ごはん		
	主菜	カラフル肉みそ	豚肉 みそ		赤パプリカ 黄パプリカ	たまねぎ にんにく しょうが 枝豆 とうもろこし	三温糖	油	しょうゆ 酒 みりん
	副菜	しょうがあえ			にんじん	キャベツ もやし きゅうり しょうが			しょうゆ
		ずいとん汁	油揚げ		ほうれん草 にんじん	大根 ごぼう	★ずいとん		混合だし しょうゆ 塩
他	牛乳								
28 (火)	主食	ソフトメン					ソフトメン		
	主菜	チャンボンスープ	豚肉 ★なると		チンゲン菜 にら	キャベツ たまねぎ にんにく しょうが		ごま油	★チャンボンスープ ★チキンガラスープ
	副菜	ハムともやしのサラダ	ハム		ほうれん草 にんじん	もやし	砂糖	ごま油	しょうゆ 酢
	他	牛乳					砂糖		抹茶パウダー
29 (水)	主食	ごはん					ごはん		
	主菜	ガバライスの真	鶏肉 大豆		ピーマン にんじん	たけのこ たまねぎ しいたけ しょうが にんにく	ジャがいも 砂糖	油	しょうゆ 酒 塩 ★オイスターソース 一味唐辛子 ★バジルソース
	副菜	キャベツとソーセージのソテー	ウィンナー		ほうれん草 にんじん	キャベツ とうもろこし		油	野菜ブイヨン 塩 こしょう
	他	牛乳				メロン			
30 (木)	主食	ごはん					ごはん		
	主菜	さばのごまだれかけ	★さばでん粉付き				砂糖	ごま油	しょうゆ みりん 酒
	副菜	こんにゃくのきんぴら	豚肉 ★ちくわ		にんじん	れんこん	糸こんにゃく 砂糖	油	しょうゆ みりん 一味唐辛子
		わかめのみそ汁	油揚げ みそ	わかめ	にんじん	大根 長ねぎ しめじ			混合だし
他	牛乳								
31 (金)	主食	米パン					米パン		
	主菜	鶏肉とマカロニのクリーム煮	鶏肉	牛乳 生クリーム	ブロッコリー	たまねぎ マッシュルーム	小麦粉 マカロニ	無塩バター	野菜ブイヨン 塩 こしょう
	副菜	ガーリックドレッシングサラダ	まぐろ		小松菜 にんじん	キャベツ たまねぎ にんにく しょうが		油	しょうゆ みりん 塩
	他	牛乳							

☆小魚類（しらす・ちりめんじゃこ等）は、えび・かきを食べているか、えび・かにかが混ざる漁場で採取しています。