

# 令和6年5月 学校給食予定献立表

日 (曜)	こんだて	体の中での主なはたらき						その他 調味料	おやつ		
		体をつくるものになる食品		体の調子を整える食品		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・無機質	4群	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 にんにく 長ねぎ りんご	砂糖 でん粉	油	しょうゆ 酢 酒	
	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	しょうゆ	
	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	チキンガラスープ しょうゆ こしょう 塩	
2 (木)	主食	たけのこごはん	鶏肉 油揚げ		さやいんげん にんじん		しいたけ たけのこ	こめ おこわ こんにゃく 砂糖		しょうゆ みりん 塩	
	主菜	ハンバーグ焼り焼きソース	★ハンバーグ					砂糖 でん粉		しょうゆ みりん	
	副菜	ごまあえ			ほうれん草 にんじん		キャベツ もやし	砂糖	ごま	しょうゆ	
	他	粕もち						★粕もち			
7 (火)	主食	きなこ揚げパン	きなこ					コッペパン 砂糖	油	塩	
	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			野菜ブイヨン 塩 こしょう	
	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 オリブオイル	酢 塩 黒こしょう	
	他	お祝いいちごゼリー						★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 にんにく しょうが 長ねぎ	砂糖	油	クチャップ -味油半子 しょうゆ 酒	
	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	しょうゆ みりん 酢 塩 こしょう	
	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		野菜ブイヨン 塩	
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 にんにく グリーンピース フルーン	じゃがいも	油	★カレールウ ★中濃ソース 塩 クチャップ ガラムマサラ カレー粉	
	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	酢 塩 こしょう	
	他	ヨーグルト		★ヨーグルト							
10 (金)	主食	コッペパン						コッペパン			
	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	フレンチサラダ	ハム		小松菜 にんじん		キャベツ きゅうり		オリブオイル 油	酢 塩 こしょう	
13 (月)	主食	ごはん					ごはん				
	主菜	鯉のマヨネーズ焼き	鯉切身	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	塩 こしょう	
	副菜	こんぶあえ		塩こんぶ			きゅうり キャベツ				
	他	沢煮梅	豚肉		にんじん		大根 長ねぎ ごぼう	しいたけ	油	混合だし しょうゆ 塩 こしょう	
14 (火)	主食	ソフトメン						ソフトメン			
	主菜	肉とどん汁	豚肉		小松菜 にんじん		たまねぎ 長ねぎ しいたけ			混合だし しょうゆ 塩 酒 みりん	
	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			しょうゆ からし	
15 (水)	主食	ごはん					ごはん				
	主菜	肉じゃが	豚肉		にんじん		たけのこ たまねぎ しいたけ クリンビス	じゃがいも こんにゃく 砂糖	油	しょうゆ みりん	
	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	しょうゆ 酢	
	他	納豆	★納豆								
16 (木)	主食	ごはん					ごはん				
	主菜	車麩の揚げ煮						★車麩 砂糖	でん粉 小麦粉	油	しょうゆ みりん 酒
	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	野菜ブイヨン 塩 こしょう	
	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	混合だし	


※ 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。  
ひめ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め丸くんです。  
ひめ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	体の中での主なほたらき						その他調味料	おやつ
		体をつくるものになる食品		体の調子を整える食品		エネルギーのもとになる食品			
		1群	2群	3群	4群	5群	6群		
		たんぱく質 魚・肉・卵 豆・豆製品	無機質 牛乳・小魚 海藻	ビタミン・無機質 緑黄色野菜	その他の野菜 果物	炭水化物 穀類・いも類 砂糖	脂質 植物油		
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	クチャップ 酒 ★ワスターソース ★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 にんにく	とうもろこし	砂糖	オリーブオイル
	他	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
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
	他	牛乳	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 クチャップ ローレル
	副菜	ハスタサラダ		世界の謎めぐり ～イタリア～	にんじん	きゅうり キャベツ	スバグッティー	オリーブオイル	酢 塩 こしょう
	他	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		野菜パイヨン 塩 こしょう
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
	他	実だくさん汁	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
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 だけの にんにく	たまねぎ しょうが	でん粉 砂糖	油
	副菜	もやしとにらのあえもの			にんじん にら	もやし		三温糖	ごま油
	他	牛乳	牛乳						しょうゆ 酒 一味唐辛子 ★オイスターソース
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
	他	コンソメスープ	ウインナー		小松菜 にんじん	キャベツ たまねぎ	セロリ		野菜パイヨン 塩 こしょう
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 きゅうり	しょうが		しょうゆ
	他	すいとん汁	油揚げ		ほうれん草 にんじん	大根 ごぼう	★すいとん		混合だし しょうゆ 塩
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 しょうが	しいたけ	ごま油	★チャンボンスープ チキンガルスープ
	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
	他	手作り抹茶炭しパン	★ホットケーキミックス	牛乳				砂糖	抹茶パウダー
29 (水)	主食	ごはん					ごはん		
	主菜	ガハオライスの具	鶏肉 大豆		ピーマン にんじん	だけのこ しいたけ にんにく	たまねぎ しょうが	ジャがいも 砂糖	油
	副菜	キャベツとソーセージのソテー	ウインナー		ほうれん草 にんじん	キャベツ とうもろこし			油
	他	メロン	ひぬ丸くん メニュー	牛乳		メロン			しょうゆ 酒 塩 ★オイスターソース ★バジルソース
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
	他	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
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	野菜パイヨン 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 にんにく	たまねぎ しょうが		油
	他	牛乳	牛乳						しょうゆ みりん 塩

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