

平成28年度5月分学校給食献立表

筑前町立 小学校

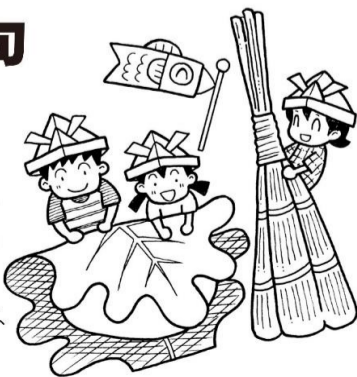
日曜	こ ん だ て		エネルギー	たんぱく質	ざ い り よ う		
	しゅしょく	ぎゅうにゅう	Kcal	g	もの	ととのえるもの	もとなるもの
2月	ふじごはん		651	26	クロダマル たまご かつおぶし とりにく とうふ ぎゅうにゅう	たけのこ にんじん いんげん こんにゃく こまつな ごぼう しめじ	こめ さとう ごまあぶら ごま あぶら じゃがいも でんぷん
6金	むぎごはん		641	24.6	かつお ひじき てんぷら とうふ あぶらあげ みそ ぎゅうにゅう	にんじん えだまめこんにゃく キャベツ たまねぎ ねぎ	こめ むぎ あぶら さとう じゃがいも
9月	ごはん		713	31.6	とりミンチ とうふ たまご ちくわ かつおぶし	たまねぎ にんじん きくらげ ねぎ キャベツ きゅうり レモン	こめ むぎ あぶら さとう
10火	ごはん		655	29	さば くきわかめ ちくわ ぶたにく	しょうが きゅうり ごぼう エリンギ たけのこ ねぎ	こめ さとう ごま ノンエッグマヨネーズ
11水	ワンローフパン		626	23.2	ベーコン チーズ ハム ぎゅうにゅう	コーン たまねぎ にんじん パセリ キャベツ きゅうり レモン メロン	パン じゃがいも なま刈-ム アーモンド あぶら
12木	ごはん		682	25.2	とりにく かつおぶし ぎゅうにゅう	レモン キャベツ もやし にんじん ごぼう たまねぎ こまつな	こめ あぶら さとう ノンエッグタルタルソース しらたまもち
13金	むぎごはん ふくじんづけ		706	20.8	ぶたにく チーズ ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん にんにく りんご みかん パイン もも	こめ むぎ じゃがいも あぶら なま刈-ム
16月	むぎごはん		600	20	ぎゅうにく こんぶ ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎこんにゃく えだまめ たくあん キャベツ きゅうり	こめ むぎ じゃがいも さとう あぶら ごま きゅうり
17火	ごはん なっとう		635	28.5	なっとう ホキ ぎゅうにく みそ あぶらあげ ぎゅうにゅう	ごぼうこんにゃく にんじん かんぴょう たまねぎ かぼちゃ だいこん ねぎ	こめ あぶら ごま さとう ごまあぶら じゃがいも
18水	ミルクコッパン		599	28.1	ぶたにく イカ てんぷら わかめ かまぼこ たまご ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん キャベツ もやし ねぎ たまねぎ えのき	パン スパゲッティ あぶら ふ ごま
19木	むぎごはん		652	24.1	だいず ぶたにく こんぶ ぎゅうにゅう	にんじん ごぼうこんにゃく えだまめ しょうが きゅうり キャベツ オレンジ	こめ むぎ じゃがいも あぶら さとう ごま
20金	かしわごはん		650	24.3	とりにく かまぼこ ぎゅうにゅう	ごぼう にんじん しいたけ えだまめ キャベツ もやし ごぼうこんにゃく ねぎ	こめ あぶら ごま じゃがいも ふ あぶらあげ でんぷん
23月	むぎごはん		617	23.3	ぶたにく みそ うすらのたまご ぎゅうにゅう	にんじん キャベツ たけのこ ねぎ にんにく しょうが たまねぎ にんじん ちんげんさい	こめ むぎ あぶら ごまあぶら
24火	ごはん おちあばっばふりかけ		666	25.3	とりにく まるてん しらすほし ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ ねぎ こまつな キャベツ コーン もやし	こめ うどん ごま さとう ごまあぶら
25水	ワンローフパン イチゴジャム		764	26.7	ぶたにく チーズ レンズまめ ベーコン ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ マッシュルーム グリーンピース トマト キャベツ セロリ	パン じゃがいも あぶら スパゲッティ
26木	むぎごはん		652	27.1	シャケ ベーコン ぎゅうにく とうふ ぎゅうにゅう	たまねぎ キャベツ ピーマン だいこん にんじん しめじ えのき ねぎ しょうが	こめ むぎ あぶら はるさめ ごまあぶら
27金	ごはん		661	27.4	とうふ ぶたにく ハム ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん たら にんにく しょうが きゅうり キャベツ オレンジ	こめ あぶら でんぷん はるさめ ごま ごまあぶら さとう
30月	だいきゅう						
31火	むぎごはん あじつけのり		594	23.2	のり とりにく ひじき こうやどうふ しらすほし ぎゅうにゅう	こんにゃく にんじん えだまめ こまつな もやし キャベツ	こめ むぎ じゃがいも あぶら さとう ごま

※材料などの都合により、献立を変更することがあります。



5月5日は端午の節句

端午とは、中国で「月はじめの午の日」という意味があり、もともとは悪日でした。そこで、災いをはらうためにしょうぶやよもぎを用いていました。それが日本に伝わり、しょうぶ湯などの風習が生まれました。この日にはちまきやかしわもちを食べます。ちまきも中国から伝わったもので、現在は笹でくるむのが普通ですが、本来は茅の葉で巻いていました。



今月のこんだてより

- 5日が端午の節句のため、2日にささだんごがつきます
- 19日の食育の日は筑前町の大豆を使った大豆の五目煮です。よく味わっていただきましょう。

|