



令和6年度 5月の学校給食予定献立表



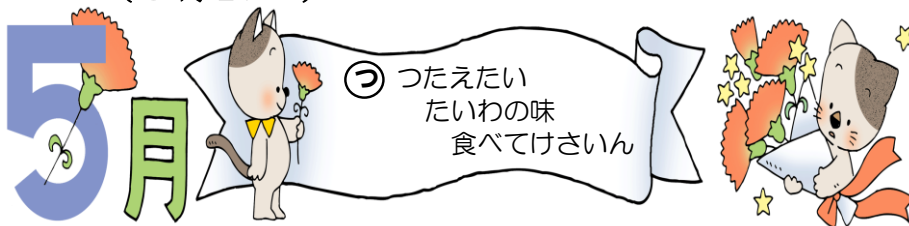
大和町学校給食センター

日	曜	給食のない学校 学年	スプーン	献立名	赤の食べ物		緑の食べ物		黄の食べ物		栄養価・小		栄養価・中		
					血や筋肉や骨になる (たんぱく質・カルシウム)		体の調子を整える (ビタミン・ミネラル)		熱や力になる (炭水化物・脂質)		エネルギー(kcal) たんぱく質(g)	エネルギー(kcal) たんぱく質(g)	脂質(g)	塩分(g)	エネルギー(kcal) たんぱく質(g)
1	水	子どもの日メニュー 吉田小	◎	減塩パン ハンバーグ(バックチャップ) キャロットラペ ABCコンソメスープ こどもの日デザート(ワッフルチョコ味)	牛乳 豚肉 鶏肉 きはだまぐろ クリーム 鶏卵	こまつな にんじん きゅうり セロリ たまねぎ オレシジ レモン	パン 砂糖 パター ジャがいも でん粉 植物油 米サラダ油 マカロニ 小麦粉 ココア ドレッシング	629 25.2 24.6 2.4	779 30.6 29.5 3.0						
2	木	吉田小 宮床小 鶴葉小 宮床中	◎	ピピンパザ (麦ごはん・焼き肉・ほうれん草のナムル) たまごスープ 角チーズ(中学校のみ)	牛乳 豚肉 鶏卵 昆布 豆腐 チーズ(中のみ)	チンゲンサイ にんじん ほうれん草 しょうが にんにく もやし えのきたけ 乾しいたけ ぶなしめじ	ごはん 大麦 米サラダ油 三温糖 こま油 小麦粉 ドレッシング 植物油 砂糖 こま	597 27.6 19.1 2.3	800 36.1 25.5 3.3						
3	金	憲法記念日													
6	月	みどりの日													
7	火	かわかわデー 宮床小3年4年		ごはん いか天ぷら 切干大根のナムル炒め はくさいスープ	牛乳 豚肉 いか 鶏卵 昆布	にら にんじん 切干しいたごん しょうが だいこん たまねぎ にんにく もやし 根菜ねぎ はくさい 乾しいたけ	ごはん 米白絞油 バーム油 小麦粉 植物油 でん粉 三温糖 こま こま油 砂糖 もち粉 はるさめ 米サラダ油	663 22.5 25.1 2.3	819 26.2 28.4 2.8						
8	水	大和中3年 宮床中3年	◎	食パン いちごジャム オムレツのトマトソース ごぼうサラダ コーンポタージュ	牛乳 豚肉 脱脂粉乳 ハム 鶏卵 クリーム	にんじん ごぼう たまねぎ とうもろこし いちご	パン 砂糖 こま 大豆油 でん粉 ジャがいも 三温糖 エッグフリーマヨネーズ バター ジャム ベジメタルソース	706 25.0 27.5 3.3	885 31.1 33.5 4.1						
9	木	大和中 宮床中	◎	ごはん 豆腐の中巻煮 はるさめサラダ 河内鴨肝	牛乳 豚肉 豆腐 ハム	にら にんじん きゅうり しょうが たけのこ にんにく かわちばかん 乾しいたけ きくらげ	ごはん 米サラダ油 三温糖 植物油 砂糖 小麦粉 でん粉 こま こま油 はるさめ	579 24.0 16.5 2.4							
10	金	吉田小 大和中3年 宮床中2年3年		ごはん 味付けのり とりさきみしモンソース じゃがいもをのぼろ煮 ひきなのみぞ汁	牛乳 豚肉 鶏肉 かつお節 いりこ 豆腐 みそ 油揚げ のり 昆布	えだまめ こまつな にんじん 切干しいたごん ごぼう しょうが たけのこ たまねぎ 根菜ねぎ レモン えのきたけ 乾しいたけ	ごはん 米白絞油 でん粉 植物油 米サラダ油 砂糖 パン粉 三温糖 じゃがいも	646 25.9 18.1 2.9	806 30.9 20.9 3.6						
13	月		◎	豚肉のハヤシライス (麦ごはん・豚肉のハヤシライスの具) フルーツの甘夏ゼリー和え	牛乳 豚肉 グリんピース にんじん たまねぎ 裏みかん もも バインアップル みかん りんご マッシュルーム	えだまめ こまつな にんじん 切干しいたごん ごぼう しょうが たけのこ たまねぎ 根菜ねぎ レモン えのきたけ 乾しいたけ	ごはん 大麦 米サラダ油 ジャがいも ハヤシルウ 砂糖 ゼリー	690 22.0 17.8 2.5	880 26.9 20.5 3.1						
14	火			ごはん やさいのりかけ 豆腐ハンバーグデミグラスソース ひじきのゆり煮 なめこのみぞ汁	牛乳 鶏肉 みそ あじ節 のり 豚肉 大豆 油揚げ あん かつお節 豆腐 ひき かつお節 いし あおさ うるめいわし まいわし 鶏卵	えだまめ こまつな グリンピース にんじん ほうれん草 モロヘイヤ だいこん たまねぎ 根菜ねぎ なめこ	ごはん 植物油 砂糖 こま パン粉 小麦粉 でん粉 三温糖 米サラダ油 麦芽糖 紫いも 水あめ	628 26.0 22.2 2.9	793 31.6 25.6 3.6						
15	水		◎	ミルクパン 鮭メンチンタルタルソース ブロックリーのサラダ ポトフ	牛乳 豚肉 脱脂粉乳 鮭 鶏卵 ハム アンチョビ ウィナーソーセージ	にんじん ブロccoli ピーマン キャベツ セロリ だいこん たまねぎ とうもろこし にんにく	パン 米白絞油 ジャがいも 砂糖 マーガリン パン粉 小麦粉 でん粉 植物油 ドレッシング	700 26.4 36.0 3.2	870 31.4 44.0 3.9						
16	木		◎	ガハオライス (ごはん・ガハオライスの具) 中華スープ ヨーグルト	牛乳 豚肉 大豆 かき かたくちいわし 豆腐 ヨーグルト	赤ピーマン にんじん バジル しょうが たまねぎ にんにく 根菜ねぎ もやし 乾しいたけ	ごはん 米サラダ油 砂糖 小麦粉 三温糖 でん粉 植物油 こま油	640 29.0 20.4 2.5	809 34.9 24.1 3.1						
17	金			だけのこごはん 厚焼きたまご やさいのごま酢和え ひだまりすいとん汁	牛乳 油揚げ 鶏卵 かつお節 昆布 さば節 昆布 鶏肉	にんじん きゅうり ごぼう だいこん たけのこ 根菜ねぎ もやし 乾しいたけ まいたけ	ごはん 砂糖 でん粉 植物油 こま こま油 三温糖 小麦粉	616 24.6 15.4 3.5	768 28.8 16.6 4.4						
20	月	宮床小 鶴葉小 落合小 小野小	◎	ツナそぼろ丼 (麦ごはん・ツナそぼろ・ほうれん草のおひたし) わかめスープ りんごゼリー	牛乳 豚肉 わかめ きはだまぐろ 昆布 豆腐	えだまめ にんじん ほうれん草 しょうが にんにく 根菜ねぎ もやし りんご	ごはん 大麦 大豆油 三温糖 植物油 砂糖 ドレッシング 小麦粉 でん粉 こま こま油 水あめ グラニュー糖	596 26.4 16.8 2.3	760 32.6 19.4 3.2						
21	火	仙台市行幸研究会黒川支部の 方々より『ぎょうじゃな』を 提供予定です。 楽しんで食べましょう。		ごはん さばのカラーしょうゆ焼き 大和町産行幸架入り豚キムチ いものご汁	牛乳 豚肉 さば みそ 鶏肉 鶏肉 豆腐	ぎょうじゃな にんじん ごぼう キャベツ しょうが だいこん たまねぎ にんにく はくさい 根菜ねぎ しいたけ	ごはん 米サラダ油 三温糖 こま油 砂糖 もち粉 さといも	611 34.0 17.6 2.3	779 42.2 20.5 3.0						
22	水			ココアパン さつまいも天ぷら だいこんサラダ 五目うどん	牛乳 油揚げ 豚肉 脱脂粉乳 かつお節 きはだまぐろ ほたて 鶏肉	あおじろ にんじん きゅうり だいこん たけのこ 根菜ねぎ うめ りんご レモン 乾しいたけ	パン 米白絞油 大豆油 さつまいも うどん ココア 小麦粉 でん粉 なたね油 ドレッシング バーム油 砂糖 マーガリン	632 25.2 22.8 3.6	806 32.0 27.8 4.7						
23	木	落合小1年2年		ごはん 肉そぼろ 小松菜のおかか和え じゃがいものみぞ汁	牛乳 豚肉 わかめ 油揚げ 大豆 みそ かつお節 かたくちいわし 豆腐 うるめいわし まいわし	こまつな にんじん しょうが だいこん たまねぎ にんにく 根菜ねぎ もやし	ごはん 米サラダ油 三温糖 植物油 でん粉 ジャがいも	634 29.4 20.5 2.7	815 36.7 24.5 3.3						
24	金		◎	ごはん 春巻き もやしのナムル マーボー豆腐	牛乳 豚肉 大豆粉 昆布 みそ 豆腐	にんじん キャベツ きゅうり しょうが たけのこ たまねぎ にんにく 根菜ねぎ もやし 乾しいたけ しいたけ	ごはん 米白絞油 米サラダ油 小麦粉 水あめ ラード でん粉 はるさめ 植物油 砂糖 三温糖 こま油 ドレッシング こま	703 23.4 25.5 2.8	913 28.8 31.5 3.6						
27	月	吉田小	◎	油ふり (ごはん・油ふりの具) わかめとツナのサラダ アセロラゼリー	牛乳 鶏卵 わかめ 鶏肉 かんてん きはだまぐろ	にんじん みつば きゅうり しょうが たまねぎ とうもろこし アセロラ レモン しいたけ	ごはん 油ひ 砂糖 水あめ 三温糖 なたね油 こま油 ドレッシング ゼリー	598 24.0 15.2 2.6	750 29.7 17.4 3.3						
28	火			ごはん 軟骨入りとりつくね照り焼きソース ブロックリーのおかかマヨ和え みそけんちん汁	牛乳 油揚げ 鶏肉 なんこつ かたくちいわし ハム かつお節 豆腐 みそ まいわし うるめいわし	にんじん ブロccoli きゅうり ごぼう だいこん たまねぎ 根菜ねぎ	ごはん 三温糖 ジャがいも パン粉 小麦粉 でん粉 砂糖 エッグフリーマヨネーズ	670 25.2 23.2 2.8	820 29.4 25.9 3.3						
29	水		◎	食パン キャラメルクリーム かぼちゃコロケ まめまめサラダ やさいスープ	牛乳 大豆 脱脂粉乳 かつお節 ハム 鶏卵 パーコン	えだまめ かぼちゃ にんじん ブロccoli キャベツ にんじん たまねぎ とうもろこし	パン 米白絞油 砂糖 ジャがいも 小麦粉 パン粉 でん粉 米粉 植物油 ドレッシング 水あめ	655 22.9 26.5 3.1	798 27.5 32.2 3.8						
30	木			ごはん 笹かまぼこの磯辺揚げ 生揚げの中巻そぼろ煮 切干大根のみぞ汁	牛乳 豚肉 ささかまぼこ 生揚げ かたくちいわし あおさ まいわし 豆腐 かき うるめいわし みそ 油揚げ	こまつな にんじん 切干しいたごん たけのこ にんにく 根菜ねぎ 乾しいたけ	ごはん 米白絞油 米サラダ油 小麦粉 でん粉 砂糖	592 25.0 19.0 2.6	754 29.7 22.5 3.1						
31	金		◎	ポーカカレー (麦ごはん・ポーカカレーの具) フルーツのヨーグルト和え	牛乳 豚肉 ヨーグルト クリーム	グリんピース にんじん たまねぎ にんにく もも バインアップル パナナ マンゴー みかん りんご	ごはん 大麦 ジャがいも 砂糖 米サラダ油 カレールウ	704 20.5 21.0 2.2	907 24.9 25.1 2.7						

* 牛乳は、毎日つきます。
* 太字は町内産や県内産の食材です。感謝して残さず食べましょう。
* 都合により献立を変更する場合があります。
* スプーンの欄に◎がついている日は、給食センターよりスプーンがつかます。



大和の食育かるたメニュー (5月17日)



平均(基準)	小学校	中学校
エネルギー (kcal)	642(660)	816(830)
たんぱく質 (g)	25.4(25.0)	31.1(31.0)
脂質 (g)	21.4(18.5)	25.8(22.5)
塩分 (g)	2.7(2.0)	3.4(2.5)

今月の地場産品

☆町内産: 米、しいたけ、きくらげ、まいたけ、ぎょうじゃな

☆県内産: 大麦、大豆、豚肉、のり、わかめ、油ふ、なると、鶏卵、なめこ、ささかまぼこ、はくさい、きゅうり、チンゲンサイ、赤ピーマン、みつば

☆はしは、きれいに洗って毎日持ってきてみましょう☆