

学校給食献立予定表

令和8年5月

糸島市立深江小学校

日付 曜日	献立名	使われている食品と体内での主な働き						
		主に体をつくるものになる		主に体の調子を整えるものになる		主にエネルギーのもとになる		調味料
7 (木)	牛乳 ちらしずし ししゃもフライ すまし汁 さつまポテト	たま とうふ ちくわ	ぎゅうにゅう ししゃも わかめ	にんじん	たけのこ しいたけ 玉ねぎ	米 さとう さつまポテト	油	酢しお しょうゆ さけ うすくちしょう いらこ
8 (金)	牛乳 麦ごはん 高野豆腐の甘酢いため レタスのスープ	高野豆腐 とりにく ベーコン	ぎゅうにゅう	トマト ピーマン 小松菜 にんじん	玉ねぎ たけのこ しょうが にんにく レタス	米 むぎ でんぷん 小麦粉 じゃがいも さとう	油	ケチャップ しょうゆ 酢 うすくちしょう しお こしょう いらこ
12 (火)	牛乳 麦ごはん ぶた肉のオニオンいため みそ汁 アーモンドフィッシュ	ぶたにく あつあげ みそ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん	玉ねぎ 根深ねぎ しょうが	米 むぎ さとう でんぷん じゃがいも	油 アーモンドフィ シュ	しょうゆ さけ しお こしょう いらこ
13 (水)	牛乳 黒糖パン ホキフライ 野菜のソテー ミルクスープ	ホキ ベーコン とりにく 白いんげん	ぎゅうにゅう なまクリーム	小松菜 にんじん	もやし 玉ねぎ キャベツ コーン	こくとうパン	油	しお こしょう とりがらスープ パセリ
14 (木)	牛乳 パエリア アンサンブルエッグ 野菜スープ ぶどうゼリー	とりにく えび いか アンサンブルエッグ ベーコン	ぎゅうにゅう	ピーマン にんじん	玉ねぎ にんにく セロリー	米 じゃがいも ぶどうゼリー	油	ターメリック 白ワイン しお こしょう とりがらスープ パセリ
15 (金)	牛乳 ごはん とり肉と大豆のあげに はるさめスープ	とりにく 大豆 ちくわ	ぎゅうにゅう	小松菜 にんじん	しょうが もやし えのきだけ	米 でんぷん じゃがいも さとう 春雨	油	さけ しょうゆ みりん うすくちしょう しお いらこ
18 (月)	牛乳 ごはん 五目うどん キャベツのいため物 アセロラゼリー	とりにく 油あげ ちくわ	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	玉ねぎ しいたけ キャベツ もやし コーン	米 うどん アセロラゼリー	油	しょうゆ うすくちしょう しお いらこ こしょう
19 (火)	牛乳 麦ごはん チキン南ばん せんきゃべつ みそ汁	とりにく 油あげ みそ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん	しょうが にんにく キャベツ 玉ねぎ	米 むぎ 小麦粉 でんぷん さとう じゃがいも	油 タルタルソース	しお こしょう 酢 しょうゆ みりん さけ いらこ
20 (水)	牛乳 コッペパン スティファド ゆで野菜サラダ ヨーグルト	ぶたにく	ぎゅうにゅう ヨーグルト	トマト	玉ねぎ にんにく みかん キャベツ きゅうり コーン	こっぺパン じゃがいも さとう	オリーブ油 ドレッシング	赤ワイン ケチャップ しょうゆ しお こしょう オールスパイス
21 (木)	牛乳 麦ごはん 牛肉のいそに かき玉汁	ぎゅうにく 大豆 たまご とうふ	ぎゅうにゅう ひじき	にんじん ねぎ	こんにゃく ごぼう しょうが 玉ねぎ えのきだけ	米 むぎ さとう でんぷん	油	しょうゆ さけ うすくちしょう しお いらこ
22 (金)	牛乳 じゃこピラフ さきみフライ コーンクリームスープ	とりにく ベーコン 白いんげん	ぎゅうにゅう しらすぼし	にんじん ピーマン 小松菜	玉ねぎ エリンギ にんにく コーンクリーム	米 こむぎこ パンこ じゃがいも	バター 油	うすくちしょう さけ しお こしょう とりがらスープ
26 (火)	牛乳 ごはん いわしのおかかに ひじきのいため物 具汁	いわし 油あげ 大 豆 みそ	ぎゅうにゅう ひじき	にんじん ねぎ	玉ねぎ こんにゃく	米 さとう じゃがいも	油	しょうゆ さけ いらこ
27 (水)	牛乳 ココアあげパン スープパゲティ キャベツとほうれん草のソテー	ベーコン えび いか	ぎゅうにゅう	にんじん ほうれん草	玉ねぎ しめじ キャベツ コーン	コッペパン グラニューとう スパゲッティ	油 ココア オリーブ油	白ワイン しお こしょう とりがらスープ
28 (木)	牛乳 麦ごはん 肉じゃが くきわかめのきんぴら	ぎゅうにく 角天 かつおぶし	ぎゅうにゅう くきわかめ	にんじん	こんにゃく 玉ねぎ たけのこ	米 むぎ じゃがいも さとう	油 ごま	しょうゆ さけ みりん
29 (金)	牛乳 麦ごはん キーマカレー フルーツ盛り合わせ	牛豚ひきにく 大豆 白いんげん	ぎゅうにゅう チーズ なまクリーム	にんじん トマト	玉ねぎ セロリー しょうが にんにく パイン みかん 黄桃	米 むぎ 小麦粉 ぶどうゼリー	油 バター	赤ワイン カレー粉 ケチャップ ソース しょうゆ しお