



5月 ^{がつ} こんだてよていひょう

令和4年度

熊本市立芳野小・中学校

ひ	よう	しゅしょく		おかず	ざいりょう			お知	
					ねつやちからになる	ちやくやくやほねになる	からだのちょうしをととのえる		
2	げつ	 コッペパン		こめこのクリームスープ コールスロー まっちゃんビーンズ	パン さとう こめこ バター あぶら じゃがいも でんぷん	ぎゅうにゅう チーズ とりにく いんげんまめ ベーコン だいず	にんじん たまねぎ キャベツ コーン きゅうり	○	
6	きん	 むぎごはん		さばのごまみそに きりほしだいこんのすのもの かきたまじる	こめ むぎ ごま さとう でんぷん じゃがいも	ぎゅうにゅう さば みそ しらす たまご かつおこんぶだし	たまねぎ にんじん ねぎ きりほしだいこん えのき きゅうり キャベツ しょうが	○	
9	げつ	 しょくパン		ごもくうどん ごぼうサラダ りんごジャム	パン うどん ごま ごま ごまあぶら じゃがいも りんごジャム	ぎゅうにゅう とりにく あげ かまぼこ ハム わかめ かつおこんぶだし	にんじん たまねぎ しいたけ ごぼう きゅうり ねぎ	○	
10	か	 むぎごはん		カレーとうふ ピーマンのじゃこあえ パイン	こめ むぎ ごま あぶら ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ しらす	にんじん たまねぎ しめじ にんにく しょうが もやし ピーマン パイン	○	
11	すい	 あげパン		にくだんごスープ ビーンズサラダ	パン あぶら さとう	ぎゅうにゅう ミートボール きなこ ツナ だいず いんげんまめ	にんじん たまねぎ しいたけ もやし キャベツ きゅうり ちんげんさい	○	
12	もく	 ごはん		ピースそぼろどん もやしのごますあえ たまねぎのみそしる	こめ むぎ あぶら ごま さとう	ぎゅうにゅう とりにく とうふ あげ みそ いりこだし だいず	にんじん しょうが たまねぎ グリーンピース ごぼう ねぎ もやし キャベツ きゅうり	○	
13	きん	 むぎごはん		いわしのうめに たまねぎのごますあえ しらたまじる	こめ むぎ さとう しらたまもち ごま	ぎゅうにゅう いわし チキンフレイク とりにく こんぶかつおだし	にんじん たまねぎ ねぎ きゅうり だいこん えのき うめぼし	○	
16	げつ	 ミルクパン		ソースやきそば もやしとナッツのサラダ	パン あぶら さとう スパゲティめん アーモンド	ぎゅうにゅう ぶたにく ツナ かまぼこ	にんじん たまねぎ ピーマン キャベツ こまつな	○	
17	か	 むぎごはん		こいわしフライ かいそうめんのすのもの ぶたじる	こめ むぎ あぶら さとう ごま じゃがいも こんにやく ぱんこ	ぎゅうにゅう こいわし みそ ぶたにく とうふ わかめ かいそうめん いりこだし	にんじん キャベツ きゅうり だいこん ごぼう しょうが コーン ねぎ	○	
18	すい	 カットコッペパン		チリコンカン やさいのスープに フルーツしらたま	パン あぶら さとう じゃがいも カクテルゼリー しらたまもち	ぎゅうにゅう ぶたにく ベーコン だいず	にんじん たまねぎ にんにく しめじ ちんげんさい おうとうかん パインかん	○	
19	もく				ふりかえきゅうじつ				×
20	きん	 むぎごはん		あじフライ サラダ玉ねぎとしらすのあえもの かしわじる オレンジジュース	こめ あぶら さとう むぎ ごま ごまあぶら ぱんこ じゃがいも こんにやく	ぎゅうにゅう あじ しらすほし わかめ とりにく とうふ かつおこんぶだし	にんじん たまねぎ きゅうり ねぎ だいこん ごぼう しいたけ しょうが	○	
21	ど	 ごはん		チキンカレー かいそうサラダ ミニみかんゼリー	こめ あぶら さとう じゃがいも みかんゼリー ごま ごまあぶら	ぎゅうにゅう とりにく チーズ わかめ	にんじん たまねぎ にんにく しょうが キャベツ きゅうり	○	
23	げつ				ふりかえきゅうじつ				×
24	か				きゅうしょくはありません				×
25	すい	 しょくパン		アスパラいりクリームペンネ あまなつサラダ マーシャルビーンズ	パン あぶら さとう マカロニ じゃがいも バター マーシャルビーンズ	ぎゅうにゅう とりにく いんげんまめ	にんじん たまねぎ キャベツ きゅうり アスパラガス あまなつみかんかん	○	
26	もく	 ごはん		さかなのたまねぎソース キャベツとチキンのあえもの とうふのみそしる	こめ あぶら さとう ごま ごまあぶら でんぷん	ぎゅうにゅう チキンフレイク とうふ あげ みそ いりこだし ホキ	にんじん たまねぎ きゅうり キャベツ にんにく ねぎ だいこん えのき	○	
27	きん	 むぎごはん		しおにくじゃが きゅうりのうめマヨあえ 一食ふりかけ	こめ あぶら さとう むぎ こんにやく じゃがいも ごま ごまあぶら マヨネーズ	ぎゅうにゅう ぶたにく ちぎりあげ いとかつお しらすほし	にんじん たまねぎ いんげん もやし にんにく きゅうり ばいにく(うめぼし)	○	
30	げつ	 しょくパン		レバーとポテトのナッツあえ はるさめスープ ヨーグルト	パン あぶら さとう はるさめ でんぷん カシューナッツ じゃがいも	ぎゅうにゅう とりレバー かまぼこ ヨーグルト かつおぶし	にんじん たまねぎ しょうが にんにく ピーマン	○	
31	か	 むぎごはん		ぶたにくとやさいのソースいため トマトのあえもの じゃがいものみそしる	こめ あぶら さとう じゃがいも ごま	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ みそ いりこだし	にんじん きりほしだいこん きゅうり ピーマン えのき たまねぎ	○	

※献立・材料・実施の有無は都合により変更することがあります。ご了承ください。

5月5日は「たんごのせつく」



