

5月献立予定表

平成30年4月28日 NO. 2
 秋田県立視覚支援学校
 秋田県立聴覚支援学校
 秋田県立秋田きらり支援学校



(※牛乳は毎日つきます)

月 日	献立名	熱量(kcal)	血や肉になる	熱や力になる	体の調子を整える
5/7 (月)	ごはん いかゴマフライ 根菜とはるさめのうま煮 ほたてと野菜のスープ	776	いか・ぶた肉 糸かまぼこ ほたて・牛乳	あきたこまち はるさめ	だいこん・にんじん にら・たけのこ たまねぎ・こまつな
5/8 (火)	カレーうどん 県産アスパラガスのサラダ シューフルーツ	790	ぶた肉・まぐろ 油揚げ 牛乳	うどん	アスパラガス・キャベツ・コーン しめじ・たまねぎ にんじん・もやし
5/9 (水)	県産まいたけごはん しゅうまい ひじきのカラフル炒め モロヘイヤのみそ汁	713	しゅうまい・豆腐 ひじき・パプリカ 油揚げ・牛乳	あきた こまち	まいたけ・たまねぎ モロヘイヤ・赤黄パプリカ たまねぎ・みつば
5/10 (木)	ごはん さばのしょうが煮 おやこ煮 大根のみそ汁	793	さば・とり肉 卵・なると 厚揚げ・牛乳	あきたこまち こんにゃく	にんじん・たまねぎ ねぎ・しいたけ こまつな・だいこん
5/11 (金)	ごはん 酢豚 野菜の中華あえ もずくスープ オレンジゼリー	804	ぶた肉・もずく ツナ・かまぼこ 豆腐・牛乳	あきたこまち	にんじん・たまねぎ たけのこ・ピーマン・もやし やし・ブロッコリー・ねぎ
5/14 (月)	わかめごはん チーズハンバーグ 男鹿たこのサラダ きのこセロリーのスープ	772	ハンバーグ とり肉・たこ チーズ・わかめ 牛乳	あきたこまち	キャベツ・もやし 黄パプリカ・しいたけ セロリー・たまねぎ パセリ
5/15 (火)	ごはん ほっけみりん焼き 炒り豆腐 ジャガイモのみそ汁	761	ほっけ・とり肉 卵・豆腐 油揚げ・牛乳	あきたこまち じゃがいも	たまねぎ・にんじん ごぼう・こまつな だいこん
5/16 (水)	ごはん てり焼きチキン すきこんぶの煮物 青菜とがんものみそ汁	776	とり肉・すき昆布 さつま揚げ がんもどき・牛乳	あきたこまち こんにゃく	にんじん・しいたけ ちんげんさい たまねぎ
5/17 (木)	(セルフサンド) バーガーパン えびカツ コールスローサラダ ほうれん草と麦のポタージュ	805	えびカツ 牛乳	バーガーパン 押し麦	きゅうり・たまねぎ キャベツ・赤パプリカ カリフラワー・コーン ほうれん草
5/18 (金)	～地場産デー～ ごはん 3色そばろ 県産アスパラと野菜のごまあえ すまし汁 ヨーグルト	804	ぶた肉・おから 卵・豆腐 わかめ・牛乳 ヨーグルト	あきたこまち きざみふ	アスパラガス えだまめ・キャベツ にんじん・ねぎ
5/21 (月)	(視覚・きらりのみ給食) ごはん ポークビーンズ 切り干し大根のサラダ 野菜スープ	744	ぶた肉・大豆 ツナ・とり肉 牛乳	あきた こまち	たまねぎ・きりぼしだい こん・キャベツ・きゅうり り・こまつな・にんじん
5/22 (火)	広東麺 きんとんパイ 野菜のとろみ炒め (↑麺にいれてもおいしいよ♪)	825	ぶた肉 牛乳	中華めん きんとん パイ	もやし・ねぎ・はくさい たけのこ・きくらげ にら・にんじん・コーン

※裏面があります

月 日	献立名	熱量(kcal)	血や肉になる	熱や力になる	体の調子を整える
5/23 (水)	ごはん 筑前煮 厚焼き卵のきのこあんかけ のりと豆腐のみそ汁	741	とり肉・豆腐 厚焼き卵・のり 竹輪・牛乳	あきたこまち こんにやく	えのきだけ・しいたけ ごぼう・にんじん・たけ のこ・いんげん・ねぎ
5/24 (木)	ごはん 赤魚のごましょうゆがらめ パリパリ漬け なめこ汁	749	あかうお 豆腐 牛乳	あきた こまち	しそ・きゅうり・にんじん きりぼしだいこん・キャベツ たくあん・なめこ・こまつな
5/25 (金)	ごはん バターチキンカレー 梅ドレッシングサラダ 県産りんごゼリー	826	とり肉 竹輪 牛乳	あきたこまち じゃがいも	たまねぎ・トマト キャベツ・きゅうり にんじん・うめ
5/28 (月)	(視覚・聴覚のみ給食) ナポリタン まめまめサラダ エリンギと野菜たっぷりスープ ジョア(ピーチ)※牛乳なし	819	ぶた肉・とり肉 ヒヨコ豆・インゲン豆 ウインナー・ツナ ジョア	スパゲティ じゃがいも	ピーマン・フロッピー・コーン こまつな・たまねぎ しいたけ・えだまめ カリフラワー・キャベツ・エリンギ
5/29 (火)	ごはん おかかさんま おでん にらたま汁	781	さんま・とり肉 がんもどき・昆布 豆腐・卵・牛乳	あきたこまち こんにやく	にんじん・だいこん えのきだけ にら
5/30 (水)	中華風まぜごはん ぎょうざ みそマヨサラダ わかめスープ	745	ぶた肉・ベーコン ぎょうざ・豆腐 ロースハム・牛乳	あきたこまち	にんじん・しいたけ さやいんげん・ねぎ カリフラワー・フロッピー
5/31 (木)	米粉パン(フルハーリーシヤム) ジャーマンポテト キャベツとえびのサラダ オニオンスープ	763	えび・とり肉 ウインナー チーズ 牛乳	米粉パン フルハーリーシヤム じゃがいも	赤パプリカ・キャベツ アスパラガス しいたけ・たまねぎ ブロッコリー・パセリ

こんげつ じばさんぶつ
今月の地場産物

しいたけ こまつな えだまめ
まいたけ しめじ アスパラガス
きくらげ たこ 大豆 とうふ
油揚げ 厚揚げ おから たまご
ぶた肉 あきたこまち 牛乳
りんごゼリー

じばさん
○5月18日は地場産デー

けんないさん しょくざい
県内産の食材をふんだんに使ったメニュー
になります。お楽しみに！！

きゅうしょく
〜給食あれこれ〜



- ① 米飯献立(週に4回)・・・秋田県産あきたこまちのごはんがです。
- ② めん献立(2週に1回)火曜日・・・衛生面を考えて、個包装された温かいめんがです。
- ③ パン献立(2週に1回)木曜日・・・コッペパンや米粉パンなど数種類のパンがです。

※ 県内産の牛乳が毎日つきます。

○ 給食では県内産の安心・安全な食材を積極的に使い、秋田の旬の食材を提供するように
つとめています。また減塩給食にも取り組んでおり、だしをきかせたり、香味野菜を取り
入れたうす味の汁物や、酸味をきかせたり、香辛料等(刺激にならない程度)を使い、素
材の味を生かしたおかずの調理を心がけています。