

令和2年5月 学校給食予定献立表 (A・Bグループ)

こんげつ きゅうしよくもくひょう
今月の給食目標：

伊勢市教育委員会
伊勢市立〇〇小学校

日 曜	献立名	材 料 名			調味料・その他	エネルギー kcal	たんぱく質 g
		黄群 はたらく力や 体温になる食品 	赤群 血や肉や骨に なる食品 	緑群 からだの調子を ととのえる食品 			
25 月	むぎごはん、牛乳	米、麦	牛乳			598	25.1
	さばのカレーに	さんおんとう	さば		さけ、こいくちしょうゆ みりん、カレーこ		
	あらめのいために	ひまわりあぶら、さんおんとう	あらめ、あぶらあげ	にんじん、だいこん さやいんげん	さけ、みりん、こいくちしょうゆ かつおぶし		
26 火	わかめごはん、牛乳	米、麦	わかめ 牛乳			644	23.0
	ぎゅうにくとやさいかのかわりきんぴら	ひまわりあぶら、さんおんとう ごまあぶら、ごま	ぎゅうにく	ごぼう、にんじん、にんにく きゅうり、もやし	こいくちしょうゆ、しお		
	みそじる	じゃがいも	どうふ、みそ	えのきたけ、ねぎ	にぼし		
27 水	むぎごはん、牛乳	米、麦	牛乳			636	28.5
	てづくりてりやきこうやバーグ	かたくりこ、さんおんとう	ぶたにく、こうやどうふ	たまねぎ	ワイン、こいくちしょうゆ ナツメグ、ガーリックパウダー しお、こしょう、みりん		
	ゆでキャベツ			キャベツ	かつおぶし、こんぶ すくちしょうゆ		
28 木	むぎごはん、牛乳	米、麦	牛乳			678	22.1
	とりにくとじゃがいものあますあえ	かたくりこ、ひまわりあぶら じゃがいも、さんおんとう	とりにく	しょうが、にんじん、たまねぎ ピーマン	さけ、こいくちしょうゆ、す		
	きりぼしだいこんの ごまマヨネーズサラダ	マヨネーズ、ごまあぶら、ごま	ちくわ	きりぼしだいこん、にんじん ほうれんそう	こいくちしょうゆ		
29 金	ペンネアラビアータ	ペンネ、オリーブオイル	ぶたにく	にんにく、たまねぎ、にんじん トマトピューレ、パセリ	ワイン、トマトベースソース ケチャップ、ガラスープ ウスターソース、しお、こしょう こいくちしょうゆ、チリソース	627	24.2
	牛乳		牛乳				
	ドレッシングサラダ	さんおんとう、ひまわりあぶら		キャベツ、にんじん、きゅうり パイン	す、しお、こしょう		
	ブルーヨーグルト		ブルーヨーグルト				
※諸事情により、やむを得ず献立を変更する場合があります。 なお、太字は県内産及び伊勢市近郊産食材の予定です。 ※給食で使用のお米は伊勢市内産です。パンに使用の小麦粉は30%が三重県産です。飲用牛乳は三重県産です。 ※29日は2016年5月に伊勢志摩でサミットが行われたことを記念する「ポストサミット給食」です。					1ヶ月平均	637	24.6