



5月分 献立予定表



立花小学校ホームページにも掲載中!

令和6年度

新宮町立 立花小学校

給食日	曜日	牛乳	献立名	使われている食品と主な働き			熱量 (kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (g)
				赤 血や肉、骨になる	緑 体の調子を整える	黄色 熱や力のもとになる			
1	水	○	麦ごはん 鯖の照焼き 切干大根の酢の物 みそ汁	ぎゅうにゅう さば どうふ わかめ★ みそ	きりぼしだいこん きくらげ きゅうり にんじん えのきたけ キャベツ ねぎ	こめ むぎ さとう	595	22.8	19.8
2	木	○	【新宮町おもてなし協会提供:あまおういちごジャム】 食パン あまおういちごジャム 鶏肉のレモン焼き グリーンサラダ 白いんげん豆のスープ こどもの日デザート	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン しろいんげんまめ	レモン キャベツ みずな にんじん どうもろこし たまねぎ セロリ	パン いちごジャム オリーブあぶら さとう じゃがいも ゼリー	608	26.5	23.1
7	火	○	黒糖食パン サーモンチーズフライ イタリアンサラダ マカロニスープ	ぎゅうにゅう さけ チーズ ベーコン	ブロッコリー たまねぎ にんじん どうもろこし みずな	パン あぶら オリーブあぶら さとう マカロニ	554	24.4	23.4
8	水	○	チキンライス ポテトサラダ 野菜たっぷりクリームスープ	ぎゅうにゅう とりにく ハム	たまねぎ にんじん マッシュルーム グリーンピース きゅうり キャベツ ブロッコリー	こめ あぶら じゃがいも エッグケアマヨネーズ	609	19.1	22.8
9	木	○	焼きそば(背割コッペパン) ブロッコリーのサラダ 炒り大豆の抹茶砂糖がらめ	ぎゅうにゅう ぶたにく あおのり★ だいず	きくらげ にんじん たまねぎ キャベツ もやし ねぎ ブロッコリー どうもろこし まっちゃん	パン ちゃんぽんめん あぶら さとう	634	25.2	26.0
10	金	○	麦ごはん 鯖の梅煮 小松菜のごま和え 眞汁	ぎゅうにゅう いわし わかめ★ あぶらあげ だいず みそ	こまつな キャベツ にんじん たまねぎ ねぎうめ	こめ むぎ ごま さとう じゃがいも	605	24.2	18.1
13	月	○	麦ごはん ちりめんふりかけ ごぼうと豚肉の炊き合わせ ほうれん草の酢の物	ぎゅうにゅう しらすばし こんぶ★ かつおぶし ぶたにく あつあげ	にんじん ごぼう たけのこ こんにゃく みずな ほうれんそう きりぼしだいこん どうもろこし	こめ むぎ ごま さとう あぶら	593	22.6	17.1
14	火	○	ソフトフランス ビーフシチュー ひじきのサラダ	ぎゅうにゅう ぎゅうにく ひじき★	たまねぎ にんじん どうもろこし キャベツ みずな	パン じゃがいも あぶら こむぎこ バター さとう ごまあぶら	587	18.6	27.2
15	水	○	わかめご飯 鰯のマヨネーズ焼き みそ汁	ぎゅうにゅう わかめ★ カレイ どうふ あぶらあげ みそ	マッシュルーム にんじん ねぎ どうもろこし たまねぎ	こめ むぎ エッグケアマヨネーズ じゃがいも	602	28.1	17.9
16	木	○	ワンローフパン マーシャルビーンズ メンチカツ 甘夏サラダ ラビオリスープ	ぎゅうにゅう メンチカツ しろいんげんまめ	きゅうり キャベツ にんじん たまねぎ セロリ トマト あまなつみかん	パン チョコだいず あぶら さとう ラビオリ	612	19.4	27.1
17	金	○	麦ごはん 甘味噌そばろじゃが きゅうりとわかめの甘酢和え オレンジ	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ わかめ★	たまねぎ にんじん いんげん きゅうり もやし どうもろこし オレンジ	こめ むぎ あぶら じゃがいも さとう ごまあぶら	581	18.0	14.7
20	月	○	麦ごはん ひじきと野菜の豆腐揚げ チンゲン菜のごま酢和え 豚汁	ぎゅうにゅう どうふ ひじき★ ぶたにく あぶらあげ みそ	チンゲンサイ にんじん もやし きくらげ ごぼう ねぎ こんにゃく	こめ むぎ あぶら ごま さとう じゃがいも	642	22.0	24.1
21	火	○	【旬の食材:お茶(抹茶)】 抹茶チョコ蒸しパン ほうれん草の和風パスタ カリフラワーサラダ	ぎゅうにゅう どうにゅう ぶたにく ベーコン	しめじ カリフラワー きゅうり たまねぎ ほうれんそう にんじん まっちゃん	ホットケーキミックス さとう チョコレート スパゲティ あぶら バター	682	22.0	29.8
22	水	○	さばそばろ井(麦ごはん) 小松菜の和え物 けんちん汁	ぎゅうにゅう さば どうふ あぶらあげ	こんにゃく グリンピース こまつな にんじん だいこん ごぼう キャベツ きりぼしだいこん ねぎ	こめ むぎ あぶら さとう	595	21.1	18.9
23	木	○	チーズハンバーグ(横割丸パン) (ハンバーグ、スライスチーズ、二食ケチャップ) フライドポテト コーンチャウダー	ぎゅうにゅう ハンバーグ チーズ ベーコン	にんじん たまねぎ どうもろこし	パン じゃがいも あぶら	713	29.1	33.2
24	金	○	【お誕生日給食】 ミートボールカレー(麦ごはん) ひんやりフルーツゼリー	ぎゅうにゅう とりにく だいず どうにゅう	たまねぎ にんじん みかん パイン	こめ むぎ じゃがいも あぶら カクテルゼリー	684	20.4	17.2
28	火	○	ミルククレセントロールパン シイラフライ ハワイアンサラダ 豆乳コーンクリームスープ	ぎゅうにゅう シイラ どうにゅう しろいんげんまめ	パイン きゅうり キャベツ にんじん たまねぎ どうもろこし	パン あぶら さとう	579	25.0	21.7
29	水	○	麦ごはん 豆腐とニラの中華煮 春雨の酢の物 オレンジ	ぎゅうにゅう ぶたにく どうふ ハム	たまねぎ きくらげ にんじん にら たけのこ きゅうり どうもろこし オレンジ	こめ むぎ あぶら さとう ごまあぶら てんぷん はるさめ	620	22.5	17.5
30	木	○	【福岡県発祥:丸天うどん】 ワンローフパン りんごジャム 丸天うどん(うどん、丸天) れんこんのマヨサラダ ヨーグルト	ぎゅうにゅう わかめ★ まるてん ハム ヨーグルト	しいたけ ねぎ ブロッコリー れんこん にんじん	パン りんごジャム うどん さとう エッグケアマヨネーズ	622	25.3	18.3
31	金	○	麦ごはん さんまのみぞれ煮 ひじきのさっぱり和え みそ汁	ぎゅうにゅう さんま ひじき★ ハム どうふ わかめ★ みそ	キャベツ きゅうり にんじん えのきたけ たまねぎ ねぎ だいこん	こめ むぎ ごまあぶら さとう	589	22.7	17.5

※体をつくる(赤)の仲間で体の調子を整える(緑)の働きもある食材に★印をつけています。※材料購入等の都合により、献立を変更することがありますので、ご了承ください。

※新宮町では、地産地消(住んでいる地域で作られた食材をその地域で消費すること)に取り組んでいます。

給食で使用する食材は、なるべく地元産・九州産のものを使用しています。5月に使用する予定の主な食材の産地は次のとおりです。

種類	主な産地	種類	主な産地	種類	主な産地	種類	主な産地
キャベツ	福岡・宮崎・熊本・長崎	きゅうり	佐賀・福岡	にんじん	長崎・熊本・大分	こまつな ねぎ みずな	糟屋郡 及び 古賀市 近郊
じゃがいも	長崎	セロリ	福岡	たまねぎ	佐賀・長崎		
もやし	福岡	ごぼう	熊本・鹿児島	だいこん	熊本・長崎・山口・鹿児島		
にら	大分・熊本						

