



# 5月 予定献立表

令和4年5月  
岩沼市立玉浦小学校

今月の給食目標 「ただしいきゅうしょくのマナーをみにつけましょう。」

月	火	水	木	金
2日	3日 憲法記念日	4日 みどりの日	5日 こどもの日	6日 こどもの日お祝いメニュー
振りかえきゅうぎょうび <b>振替休業日</b> 【4月23日(土)授業参観】	<p>今月使用する予定の岩沼・宮城県産の野菜・果物・農産加工品です。(下線は岩沼産です。)</p> <p>ごはん(県内産の米100%)・パン(県内産の小麦粉を50%使用)・牛乳・卵・みそ・しょうゆ・わかめ・とうふ・油あげ・大豆・ぶた肉・小ねぎ</p> <p>米粉めん・米粉パン(岩沼産の米を使用)・こまつな・きゅうり・白米(自校炊飯の時)</p>		★今月の平均栄養量 熱量 624kcal たんぱく質 26.2g 脂質 20.7g カルシウム 363mg 鉄分 3.1mg 食塩 2.5g ※献立の下の数字は左から熱量(kcal)/たんぱく質(g)/脂質(g)/食塩(g)の順に表示しています。	たけのごはん(4~6年生・特別支援学級は自校炊飯) あつやきたまご 三色ごまあえ わかめのすまし汁 牛乳 おたのみデザート 609/22.0/16.8/2.6
9日	10日	11日	12日 6年生は弁当日	13日
ごはん ビビンバ丼の真 (ぶたにくいため・こまつなのナムル・きんしたまご) はるさめスープ 牛乳, フルーツあんじん 621/26.7/18.2/2.3	きなこ揚げパン ミートオムレツ 豆まめサラダ ワンタンスープ 牛乳 588/25.7/25.8/2.6	ごはん さけのしお焼き(もりけいさん) すきこんぶの煮物 さつま汁 牛乳 607/27.6/18.2/1.9	よこわり丸パン てづくりコロッケ(ソース) ごぼうサラダ チキントマトスープ 牛乳 678/26.9/27.6/3.2	ごはん ぶた丼の真 キャベツの塩こんぶあえ にらたま汁 牛乳 589/27.5/16.9/2.1
16日	17日	18日 みやぎすいさんの日	19日 しょくいくの日	20日 運動会応援メニュー
ごはん マーボー豆腐 ポークシューマイ(2こ) きゅうりのかわりあえ 牛乳 639/26.7/20.3/2.0	てづくりむしパン(さつまいも) しょうゆラーメン あじつきゆでたまご チンゲン菜のおかかあえ 牛乳 579/26.4/20.0/3.1	わかめごはん かつおの和風フライ ポテトサラダ ひきな汁 牛乳 624/23.8/18.9/3.0	米粉パン てり焼きチキン こまつなのツナマヨサラダ クラムチャウダー 乳酸菌飲料(マスカット味) 牛乳 588/28.6/15.3/2.8	ごはん ハヤシシチュー キャベツとハムのサラダ モンブランピーチ 牛乳 709/24.1/22.3/2.5
23日	24日	25日	26日	27日
振りかえきゅうぎょうび <b>振替休業日</b> 【22日(土)運動会】 ごはんをのりでまいてたべよう!	せわりパン ソース焼きそば チーズエッグ ポパイ風サラダ 牛乳(ミルメーいちご) 612/29.2/22.6/3.1	ごはん とり肉とレパールのオーロラソース アスパラとスパゲティのサラダ かぶの白みそスープ 牛乳 659/28.2/18.3/1.7	カラフルシュガートースト チンゲン菜とコーンのソテー ポトフ風 バナナ 牛乳 674/23.3/25.9/2.5	ごはん ぶた肉のしょうが焼き バンバンジーサラダ 中華風わかめスープ 牛乳 601/26.1/20.8/1.9
30日 開校記念日	31日	※はし・スプーンは毎日持ち帰り、きれいにしてお使いましょう。 ※献立は変更する場合があります。		
ゆかりごはん(やきのり) かにかまの三色揚げ フロccoliのごまみそあえ とうふのすまし汁 牛乳, てづくりプリン 639/25.1/17.0/2.6	プチミルクパン きつねうどん いろいろかきあげ かぶときゅうりのあさづけ 牛乳, オレンジ 593/27.7/26.3/2.3	<div style="border: 1px dashed green; padding: 5px;"> <p>保護者の方へ</p> <p>☆ スプーンがあると食べやすい献立に「スプーンマーク」を表示します。はし・スプーンの両方を持参するようにお願いします。</p> <p>☆ 今月から、玉浦地区でとれたお米を使って自校炊飯を行います。(学年別)</p> </div>		