



宮郷小学校・豊受小学校・広瀬小学校・宮郷中学校

伊勢崎市第二学校給食調理場

日	献立名			主な材料名						栄養価		
				体をつくる<あか>		体のちょうしをととのえる<みどり>		ねつや力のもとになる<きいろ>		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	
				たんぱく質	無機質	カロテン	ビタミン・食物繊維	炭水化物	脂質			
1 水	こめっこぼん	牛乳	オムレツ パプリカのマリネ ブラウンシチュー	たまご ぶた肉	牛乳 生クリーム	赤ピーマン 黄ピーマン にんじん トマト	キャベツ きゅうり たまねぎ	こめっこぼん さとう じゃがいも	油 ドレッシング	642 815	25.9 32.1	
2 木	ごはん	牛乳	行事食 ~端午の節句~ さばの十石みそ焼き ◆五目ごはんの具 若竹汁 かしわもち	さば みそ 豆腐	牛乳 わかめ	にんじん きょうな	こんにゃく ごぼう えだまめ れんこん しいたけ たけのこ だいこん	ごはん さとう かしわもち	油	699 872	28.0 33.7	
7 火	ロールパン	牛乳	かぼちゃとひき肉のフライ ごぼうサラダ ポトフ	フランクフルト ぶた肉	牛乳	にんじん かぼちゃ アスパラガス	ごぼう きゅうり キャベツ たまねぎ	ロールパン じゃがいも パン粉	油	664 877	20.1 25.2	
8 水	わかめごはん	牛乳	彩りたまご焼き ◆新じゃがいもの煮物 野菜たっぷりみそ汁	たまご 豆腐 みそ	牛乳 わかめ	にんじん いんげん こまつな	たまねぎ こんにゃく だいこん もやし しらたき ごぼう	ごはん じゃがいも さとう	油	627 795	23.2 28.3	
9 木	ゆでめん	牛乳	ちくわの磯辺揚げ (2個) ごま酢あえ 山菜うどんの汁	ちくわ とり肉 油揚げ	牛乳 あおのり	にんじん	キャベツ きゅうり しいたけ	ゆでめん さとう 小麦粉	油 ごま	619 767	27.4 32.2	
10 金	ごはん	牛乳	宮崎県の郷土料理 チキン南蛮 タルタルソース 一口きゅうり さび汁	とり肉 厚揚げ かまぼこ	牛乳	にんじん	きゅうり しいたけ ねぎ	ごはん さとう じゃがいも	油 ごま 外外ソース	618 780	21.2 25.7	
13 月	ごはん	牛乳	群馬県の伝統食 ~こんにゃくのきんぴら~ あじの一夜干し ◆こんにゃくのきんぴら ●キャベとん汁	あじ さつま揚げ ぶた肉 豆腐 油揚げ みそ	牛乳	にんじん いんげん	キャベツ たまねぎ こんにゃく ごぼう	ごはん さとう	油 ごま ごま油	594 766	30.5 37.6	
14 火	ごはん	牛乳	中華風肉だんご (小2個・中3個) ◆焼きビーフン 中華風たまごスープ	肉だんご えび ぶた肉 豆腐 たまご なると	牛乳 わかめ	こまつな にんじん チンゲン菜	キャベツ しいたけ たまねぎ にんにく もやし	ごはん ビーフン さとう	油 ごま ごま油	608 802	26.1 33.3	
15 水	パーカーハウス	牛乳	上州麦豚ロケットのソースかけ 春キャベツのサラダ (和風クリーム) ミネストローネ	ぶた肉 ベーコン だいず	牛乳	にんじん トマト	キャベツ たまねぎ だいこん にんにく	きゅうり コーン セロリー	パーカーハウス じゃがいも マカロニ パン粉	油 ドレッシング	657 825	22.2 27.1
16 木	麦ごはん	牛乳	●ピーンズカレー かいそうとツナのサラダ (塩中華) ●甘夏ゼリー	ぶた肉 だいず まぐろ	牛乳 かいそう	にんじん	たまねぎ にんにく キャベツ	しょうが りんご きゅうり	麦ごはん じゃがいも ゼリー	油 ドレッシング	672 862	21.8 26.9
17 金	ブランコッペ / いちごジャム	牛乳	白身魚フライのオーロラソースかけ アスパラサラダ (たまねぎ) ●ABCスープ	白身魚 ベーコン みそ うずら卵	牛乳	にんじん アスパラガス	キャベツ たまねぎ コーン	きゅうり コーン	ブランコッペ いちごジャム さとう パン粉 マカロニ	油 ドレッシング	659 830	26.2 32.0
20 月	ごはん	牛乳	◆豚丼の具 ごま昆布あえ 豆乳みそ汁	ぶた肉 豆腐 油揚げ 豆腐 みそ	牛乳 塩昆布	にんじん こまつな	たまねぎ しいたけ グリーンピース にんにく もやし キャベツ だいこん	ごはん じゃがいも	油 ごま ごま油	600 774	29.2 36.4	
21 火	ごはん	牛乳	さわらの野菜あんかけ キャベツの浅漬け かきたま汁	さわら 豆腐 たまご かまぼこ	牛乳	にんじん ピーマン こまつな	キャベツ きゅうり たまねぎ しいたけ えのきだけ ねぎ	ごはん さとう かたくりこ	油 ごま	601 771	25.5 31.4	
22 水	ごはん	牛乳	世界の料理ベトナム ベトナム風春巻き ◆いかとセロリーの炒め物 フォー・ガー (とり肉の米めんスープ) コーヒー牛乳のもと	えび いか ぶた肉 とり肉	牛乳	赤ピーマン にんじん こまつな チンゲン菜	たまねぎ たけのこ セロリー くわい もやし ねぎ	ごはん さとう 米めん 春巻の皮 コーヒー牛乳のもと	油 ごま油	626 767	23.9 28.7	
23 木	ツイストロール	牛乳	バジルウインナー (2個) カラフルサラダ (イタリアン) コーンスープ	バジルウインナー	牛乳	にんじん 黄ピーマン パセリ	キャベツ たまねぎ コーン	きゅうり	ツイストロール じゃがいも	ドレッシング	674 832	23.0 27.2
24 金	ごはん	牛乳	行事食 ~かみかみ献立~ ●◆みそだれ焼肉 切干しだいこんのごまマヨサラダ ●肉入りワンタンスープ	ぶた肉 みそ なると	牛乳	にら にんじん チンゲン菜	たまねぎ しょうが にんにく きゅうり だいこん しいたけ ねぎ 切干しだいこん	ごはん さとう ワンタン	油 ごま ごま油 マヨネーズ	643 830	27.5 34.0	
27 月	背われこめっこぼん	牛乳	ホットドッグバーグのギャップソースかけ コーンサラダ (和風) グリーンポタージュ	ぶた肉 とり肉	牛乳 生クリーム	にんじん	キャベツ きゅうり たまねぎ ほうれん草	こめっこぼん さとう じゃがいも	油 ドレッシング	667 822	27.3 32.1	
28 火	ごはん	牛乳	ヤンニョムチキン (2個) 小松菜のナムル スーミータン (中華風たまごソース)	とり肉 たまご	牛乳	こまつな にんじん チンゲン菜	しょうが もやし たまねぎ コーン	ごはん かたくりこ さとう	油 ごま ごま油	703 876	24.1 29.2	
29 水	ごはん	牛乳	上州ぎょうざ (2個) しらたきの中華サラダ 麻婆豆腐	ぶた肉 豆腐 みそ	牛乳	にんじん にら	しらたき もやし きゅうり ねぎ たけのこ たまねぎ しょうが にんにく	ごはん さとう かたくりこ ぎょうざの皮	油 ごま油 ドレッシング	602 787	23.1 29.1	
30 木	ごはん	牛乳	ソースメンチ ◆青豆の磯煮 新たまねぎのみそ汁	ぶた肉 みそ 豆腐 油揚げ さつま揚げ	牛乳 ひじき	にんじん	えだまめ こんにゃく キャベツ たまねぎ	ごはん さとう パン粉	油	657 838	23.8 28.7	
31 金	中華めん	牛乳	海鮮しゅうまい (小2個・中3個) キムチあえ サンマーメンスープ ●豆乳プリン	いか たら ぶた肉 なると	牛乳	にんじん にら	きゅうり キャベツ しょうが もやし にんにく	中華めん かたくりこ しゅうまいの皮 豆乳プリン	油 ごま油	626 831	24.5 31.6	

注意すること

- ▶ 今月の献立に「そば」と同じ製造工場で作られているものはありません。
- ▶ ◆印はバットに熱いおかずが入るため、運ぶ時に注意してください。
- ▶ 魚類には小骨が残っていることがあるため、注意して食べてください。
- ▶ 献立表には主な材料のみを表示しています。詳しくは、第二学校給食調理場 (☎ 0270-21-9911) まで問い合わせてください。
- ▶ 栄養価欄の数字は、上段が小学校、下段が中学校です。
- ▶ ごはん、パン、めん類、牛乳、かしわもち、甘夏ゼリー、豆乳プリンは、業者が直接学校へ配送します。
- ▶ 献立の内容は、使用する材料などの都合により、変更する場合がありますのでご了承ください。

みんなで「あわてずに、よくかんで、ゆっくり食べる！」

今月の伊勢崎産の材料

- ▶ ごはん
- ▶ こまつな
- ▶ にら
- ▶ きゅうり



リクエストメニュー

●印は、リクエストのあったおもな献立です。楽しみに待ってね♪



〈放射性物質検査結果〉

4月分不検出

本調理場の給食(食材)は、毎週月曜日に放射性物質の検査を実施して、安全性の確認をしています。

〈学校給食費の引落日〉

5月分:5月31日(金)

引落日の前日までに口座残高等の確認をお願いします。
(給食費▶小学校3,700円、中学校4,500円)



うがい

手あらい

水分補給



◀ 献立表・給食だよりは伊勢崎市のホームページにも掲載しています