



名和小学校・坂東小学校・宮郷第二小学校・第二中学校・第四中学校

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	ごはん	牛乳	行事食～端午の節句～ さわらのねぎソースかけ 香味漬け 呉汁 かしわもち	さわら だいず 油揚げ 豆乳 みそ	牛乳	にんじん	しょうが ごぼう キャベツ きゅうり だいこん えのきたけ こんにゃく ねぎ	ごはん さとう かたくりこ かしわもち	油 ごま油 ごま	617 791	25.3 30.7
2 木	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 だいこん 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
7 火	ごはん	牛乳	さばの十石みそ焼き ◆五目ごはんの具 若竹汁	さば とり肉 みそ 油揚げ 豆腐 かまぼこ	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	油	699 872	28.0 33.7
8 水	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 もやし きゅうり 山菜 ねぎ しいたけ えのきたけ	ゆでめん さとう 小麦粉	油 ごま	619 767	27.4 32.2
9 木	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 ぶた肉 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 さとう じゃがいも	油	627 795	23.2 28.3
10 金	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
13 月	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 ざぶ汁	とり肉 厚揚げ かまぼこ	牛乳	にんじん	きゅうり だいこん しいたけ ごぼう ねぎ りんご	ごはん さとう じゃがいも	油 ごま 外カレー	618 780	21.2 25.7
14 火	パーカー ハウス	牛乳	上州麦豚コロケのソースかけ 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 きゅうり たまねぎ コーン だいこん セロリー にんにく	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
15 水	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 なんと	牛乳 わかめ	こまつな にんじん チンゲン菜	キャベツ たまねぎ しいたけ 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
16 木	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 きゅうり コーン たまねぎ	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
17 金	麦ごはん	牛乳	●ピーンスカレー 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 まくろ	牛乳 かいそう	にんじん	たまねぎ しょうが にんにく りんご キャベツ 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
20 月	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 えのきたけ ねぎ	ごはん さとう かたくりこ	油 ごま	601 771	25.5 31.4
21 火	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 豆乳 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
22 水	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 きゅうり たまねぎ コーン	ツイストロール じゃがいも	ドレッシング	674 832	23.0 27.2
23 木	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
24 金	背われ こめっこぼん	牛乳	ホットドッグのガッツリソースかけ 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 コーン 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
27 月	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 なんと	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
28 火	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
29 水	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(中華風たまごコンスープ)	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 さとう かたくりこ	油 ごま ごま油	703 876	24.1 29.2
30 木	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 なんと	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
31 金	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

### 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♪



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

#### 〈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)