

<中学校> 5月 基本献立予定表



献立名		栄養価			
ごはん パン	牛乳	おかず	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g
ごはん	○	ハンバーグデミソースかけ コールスローサラダ 卵スープ	867	30.2	28.4
五目ごはん	○	モロフライ ゆでキャベツ すまし汁 柏もち	878	36.7	20.6
豚丼 (おとん使用)	はとむぎ茶	おひたし みそ汁 【わ食の日】	653	26.3	9.6
タコライス	○	ジャーマンスープ いちごのムース	892	30.7	27.7
米パン	○	じゃがいも入り焼きそば 野菜のカレースープ チーズ	916	36.1	33.5
お魚丼	○	磯香あえ 米粉すいとん	848	33.0	22.8
ポークカレー	○	福神漬 ゆで野菜 ヨーグルト	907	30.4	23.4
発芽玄米入りごはん	○	アジの塩焼き ピリ辛ごまあえ もずくスープ	755	33.5	19.8
ごはん	○	小山産大豆納豆 じゃがいものそぼろ煮 みそ汁	836	32.8	18.2
ココア揚げ米パン	○	ジャーマンポテト はとむぎ入りミネストローネ	858	32.2	33.6
ごはん	○	さばの照り焼き 切干大根煮物 みそ汁	827	28.7	25.9
小山和牛寿司	○	厚焼き卵 即席漬け すまし汁 【地場産物の日】	771	31.9	19.9
ビビンバ丼	○	フォー・ガー チョコシュー	833	31.3	24.6
ごはん	○	カツオ竜田揚げ ひじきの炒め煮 根菜汁	875	34.2	22.2
米パン	○	ツナとトマトのスパゲティ キャベツのスープ	790	35.0	24.7
ごはん	○	肉だんご黒酢ソース もやしの香味炒め さつま汁	836	30.2	23.6
親子丼	○	小松菜のあえ物 五目スープ	844	34.3	24.4
ピラフ	○	コロッケ ゆでキャベツ レタスと卵のスープ	887	26.4	32.7
そぼろ豚丼	○	くきわかめサラダ みそ汁	807	23.9	18.5
ピザトースト	○	ゆで野菜 クリームシチュー	785	39.4	29.0

毎月8日は「おやまわ食の日」

小山市では毎月8日を「わ食」の日と決めました。
学校給食では地場産物を使った和食の献立とはとむぎ茶を提供しています。

