



# 2023年 5月 学校給食献立表

☆給食のマナーを身につけよう☆

\*お休みは、幼稚園・小学校でお確かめ下さい。\* 高取町立学校給食センター（幼稚園・小学校）

日	献立名	牛乳	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える
1月	おぎごはん(どんぶり) あぶたまどん キャベツのごまあえ きざみたくあん(奈良県産)	○	牛乳 油揚げ, 豚肉, 鶏卵	精白米, 精麦 砂糖 白いりごま, 白すりごま, 砂糖 かしわもち	にんじん, たまねぎ, ぶなしめじ, 青ねぎ キャベツ きざみたくあん
2火	フィッシュバーガー(しろみぎかなフライ) キャベツ・タルタルソースこぶくろ かぼちゃのシチュー	○	牛乳, 白身魚フライ ベーコン, 調理牛乳, 生クリーム	コッペパン, 米油 タルタルソース小袋 米油	キャベツ かぼちゃ, にんじん, たまねぎ
8月	ごはん さばのたつたあげ こうやどうふのたまごどじ わかめのみそしる	○	牛乳 まさば竜田 高野豆腐, 鶏ひき肉, 鶏卵 わかめ, みそ, だしパック	精白米 米油 砂糖	にんじん, 干しいたけ, グリンピース, たまねぎ にんじん, たまねぎ, ぶなしめじ, 青ねぎ
9火	コッペパン ミルメークココア さわらアヒージョふう ジャーマンポテト だいこんとハムのスープ	○	牛乳 さわらアヒージョ風 ベーコン チキンハム	コッペパン, ミルメークココア じゃがいも, バター	たまねぎ 大根, にんじん, えのきたけ
10水	ごはん(カレーざら) ハヤシライス イタリアンサラダ	○	牛乳 豚肉	精白米 じゃがいも, 米油, 砂糖 イタリアンレタス	たまねぎ, にんじん, グリンピース キャベツ, きゅうり, にんじん, スイートコーン
11木	コッペパン にくだんご(幼1, 小2) ほうれんそうのナムル ながさきちゃんぽん	○	牛乳 肉団子照り焼き 豚肉, いか, かまぼこ	コッペパン ごま油 ちゃんぽんめん, でんぷん	ほうれん草, むぎ枝豆, 大根 たまねぎ, にんじん, キャベツ, もやし, 青ねぎ, 干しいたけ
12金	ごはん かきあげ(さつまいも) ひじきのいために すましじる	○	牛乳 ちりめんじゃこ, くきわかめ 鶏肉, 平天, 干ひじき 絹豆腐, かまぼこ, だしパック	精白米 さつまいも, 天ぷら粉, 米油 砂糖, 米油	にんじん, たまねぎ にんじん えのきたけ, にんじん, 干しいたけ, 青ねぎ
15月	おぎごはん さんまかんろに じゃこビーマン ぶたじる	○	牛乳 さんま甘露煮 ちりめんじゃこ 豚肉, 油揚げ, 絹豆腐, みそ	精白米, 精麦 白いりごま, ごま油	ビーマン 大根, にんじん, 青ねぎ, ごぼう
16火	こめこパン ブレンオムレツ ブロッコリーのごまあえ スパゲティミートソース	○	牛乳 豚ひき肉	米粉パン 黒いりごま, 砂糖 スパゲティ, 米油	ブロッコリー たまねぎ, にんじん, マッシュルーム, ダイストマト
17水	おぎごはん(どんぶり) きゅうりづけ ぶたどん こまつなとあげのにびたし	○	牛乳 豚肉, かまぼこ 油揚げ	精白米, 精麦 米油, 砂糖 砂糖	きゅうり(しょうゆ漬) たまねぎ, にんじん, 青ねぎ, にんにく, しょうが 小松菜
18木	コッペパン ボークシューマイ(幼1, 小2) ちゅうかすのもの はっほうさい	○	牛乳 豚肉, うずら卵	コッペパン ごま油, 砂糖 でん粉	もやし, きゅうり 白菜, にんじん, たまねぎ, たけのこ, 干しいたけ, チンゲン菜
19金	ごはん えだまめ しろみぎかなのマヨネーズやき けんちんじる	○	牛乳 タラ切り身, ピサチーズ 油揚げ, 絹豆腐, だしパック	精白米 卵不使用マヨネーズタイプ	枝豆 たまねぎ, にんじん 飯ごんにやく, 大根, にんじん, 青ねぎ, 干しいたけ
22月	ごはん(どんぶり) きざみたくあん たかなどん はくさいのごまあえ	○	牛乳 豚ひき肉, 炒り卵	精白米 米油, ごま油, 砂糖, 白すりごま 白いりごま, 白すりごま, 砂糖	きざみたくあん たかな漬, にんじん, にんにく 白菜, にんじん
23火	コッペパン いちごジャム ぶたしゃぶサラダ はるさめスープ	○	牛乳 豚肉 鶏肉	コッペパン, いちごジャム 砂糖, 白いりごま, 米油 はるさめ, でん粉	キャベツ, きゅうり, レタス にんじん, たけのこ, たまねぎ, 干しいたけ, 青ねぎ, しょうが
24水	おぎごはん(カレーざら) ふくじんづけ チキンカレー コンビネーションサラダ	○	牛乳 鶏肉	精白米, 精麦 じゃがいも, 米油 フルアクトレタス	福神漬 たまねぎ, にんじん, グリンピース, リんごピューレ ブロッコリー, きゅうり, キャベツ, パインアップル
25木	あげパン(きなこ) ウインナー ゆでブロッコリー(マヨネーズこぶくろ) ぶたにくとトマトのスープ	○	牛乳, きな粉 ボークウインナー 豚肉	コッペパン, 米油, 砂糖 マヨネーズ小袋 じゃがいも	ブロッコリー トマト, にんじん, たまねぎ, 小松菜
26金	わかめごはん だいずとちりめんのあげに ほうれんそうのおひたし しんじゃがのそぼろに	○	牛乳, わかめごはんの素 大豆水煮, ちりめんじゃこ かつお節 鶏ひき肉, 平天	精白米 でん粉, 白いりごま, 砂糖, 米油 白すりごま, 砂糖 じゃがいも, 砂糖, でん粉	ほうれん草, にんじん にんじん, たまねぎ, グリンピース, しょうが
29月	ごはん いわしのしょうがに こまつなのびたし さつまじる	○	牛乳 いわしの生姜煮 かつお節 豚肉, 絹豆腐, 油揚げ, みそ	精白米 白すりごま, 砂糖 さつまいも	小松菜 にんじん, ごぼう, 青ねぎ
30火	こめこパン ミルメークコーヒー わかどりのハーブやき だいこんサラダ やさいたっぷりスープ	○	牛乳 若鶏ハーフ 漬け ベーコン	米粉パン, ミルメークコーヒー イタリアンレタス	大根, きゅうり, にんじん かぼちゃ, にんじん, 小松菜, 干しいたけ, たまねぎ
31水	おぎごはん ふりかけ エビカツ ほうれんそうのソテー かきたまじる	○	牛乳 エビカツ ベーコン 鶏卵, だしパック	精白米, 精麦 米油 米油 でん粉	ほうれん草, スイートコーン チンゲン菜, にんじん, たまねぎ

☆奈良県でつくられた食材(米, たまご, しめじ, こまつな, かしわもち)

☆高取町の食材(みそ, 青ねぎ)

※材料の都合により献立を変更する場合があります。