

5月16日 月曜日	5月17日 火曜日	5月18日 水曜日	5月19日 木曜日	5月20日 金曜日
--------------	--------------	--------------	--------------	--------------

【 土小学校 】

献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
プルコギチャーハン	きな粉アーモンド揚げパン	ごはん	ごはん	カレープラーフ
中華トックスープ	ゆで野菜のごまサラダ	鮭のごまみそ焼き	肉豆腐	グリーンサラダ
スイートポテトの包み揚げ	ポトフ	ピリ辛和え	えのき茸のみそ汁	ベーコンとトマトのスープ
小魚アーモンド	大豆小魚	卵となるとのすまし汁	オレンジゼリー	メロン
		メープルカシューナッツ	いり大豆	小魚アーモンド

【 中原小学校 】

献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
ごはん	アーモンドトースト	ごはん	たけのごはん	山菜うどん
さんまのかば焼き	グリーンピースシチュー	マーボー豆腐	野菜のごま煮	天ぷら
のりあえ	海藻サラダ	はるさめサラダ	かきたま汁	ごまあえ
かぶのみそ汁	いり大豆	杏仁豆腐	メロン	メープルナッツ
美生柑		小魚	いり大豆	
小魚				

【 酒井根小学校 】

献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
ナシゴレン	ごはん	ココア揚げパン	ゆかりごはん	ごまごはん
わかめサラダ	鰯の梅煮	豆腐のチリソース煮	鮭のバターしょう油焼き	白身魚の五色揚げ煮
中華たまごスープ	辛し和え	味噌ワントン	切り干し大根の旨煮	さつま汁
ヨーグルト（ソファール）	若竹汁	清見オレンジ	のっぺい汁	美生柑
	美生柑			
	いり大豆			

【 酒井根西小学校 】

献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
ご飯	ご飯	スパゲティナポリタン	グリーンピースご飯	黒パン
鯖の生姜煮	麻婆豆腐	キャベツときのこのサラダ	ししやものカレー揚げ	ツナとポテトの春巻き
たけのこのおかか煮	もやしと春雨のサラダ	チョコチップスコーン	切り干し大根の旨煮	大根サラダ
豚汁	ヨーグルト	小魚	じゃが芋と豆腐の味噌汁	キャベツとベーコンのスープ
美生柑	アーモンド小魚		いり大豆	大豆小魚

【 酒井根東小学校 】

献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
チキンエッグカレーライス	きつねうどん	ご飯	アーモンドトースト	ご飯
青大豆とひじきのマリネ	キャベツときゅうりのごま酢和え	鰯の蒲焼き	チリコンカン	麻婆豆腐
美生柑	ほうれん草蒸しパン	梅肉和え	ごまドレッシングサラダ	春雨サラダ
小魚	カシューナッツ	えのき茸のみそ汁	小魚	フルーツゼリー和え
		甘夏		いり大豆
		いり大豆		

5月16日 月曜日	5月17日 火曜日	5月18日 水曜日	5月19日 木曜日	5月20日 金曜日
--------------	--------------	--------------	--------------	--------------

【 名戸ヶ谷小学校 】

献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
ミルクロール	ご飯	わかめご飯	きなこ揚げパン	ドリア
鶏肉のさっぱり煮	手作りひじきふりかけ	豆腐と豚肉の味噌炒め	じゃが芋の味噌サラダ	柏野菜のサラダ
しめじのサラダ	鰹と新牛蒡のこはく煮	卵スープ	ワンタンスープ	うずらの卵とわかめのスープ
ポトフ	磯香和え	茹でそらめめ	手作りグレープゼリー	冷凍みかん
美生柑	さつま芋と油揚げの味噌汁			いり大豆と小魚
いり大豆と小魚	清見オレンジ			

【 増尾西小学校 】

献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
ご飯	ツナピラフ	中華丼	スパゲティ大豆ソース	わかめご飯
鰯の蒲焼き	ドレッシングサラダ	春雨サラダ	わかめとコーンのサラダ	鮭のバター醤油焼き
辛子和え	ミネストローネ	大学芋	アップルマフィン	肉じゃが
みそけんちん汁	ヨーグルト			豆腐のみそ汁
炒り大豆	アーモンド小魚			美生柑

【 十南部小学校 】

献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
ハヤシライス	どさんこラーメン	ピース御飯	セサミトースト	白飯
ゆで野菜のごまサラダ	じゃがもち	鮭のみぞれ焼き	米粉のアスパラシチュー	ししやもの磯辺揚げ
アセロラゼリー	杏仁豆腐	磯香あえ	ひじきと青大豆のサラダ	カレーきんぴら
	小魚カシューナッツ	さつま汁	美生柑	いもの子汁
			小魚	炒り大豆

【 藤心小学校 】

献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
ごはん	胚芽パン	とうふ入り中華丼	煮込みうどん	ごはん
さばの立田揚げ	鶏肉のマーマレード焼き	トックのスープ	大豆と鶏肉の甘辛煮	魚と大豆のこはく揚げ
おかか和え	ごぼうサラダ	フルーツポンチ	手作り和風ホットケーキ	辛子和え
呉汁	白菜と豚肉のスープ	いり大豆	小魚	豚汁
ヨーグルト	美生柑			メロン
	いり大豆			

【 逆井小学校 】

献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
豚丼	スパゲティホワイトソース	キムチ炒飯	山菜のおこわ	あまなっとうパン
キャベツのごま和え	わかめサラダ葱ドレッシング	バンサンスウ	鱈の甘酢あんかけ	鶏肉のごまだれかけ
きぬさやの味噌汁	もちもちパン	味噌ワンタン	粉ふき芋	わかめとコーンのサラダ
いり大豆	小魚	美生柑	若竹汁	千切り野菜スープえのき
		小魚と大豆	いりカシューナッツ	メロン
				小魚

5月16日 月曜日	5月17日 火曜日	5月18日 水曜日	5月19日 木曜日	5月20日 金曜日
--------------	--------------	--------------	--------------	--------------

【 風早南部小学校 】

献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
ごはん	ピースご飯	ミルクパン	ごはん	肉みそそば
鯖のみそ煮	炒り鶏	じゃが芋のミートグラタン	鯖の照焼き	あべかわ芋
磯香和え	かぶのみそ汁	フレンチサラダ	五目豆	豆腐の四川スープ
すまし汁	キャラメルスイートポテト	わかめスープ	キャベツのみそ汁	小魚
黒糖ナッツ		アーモンド小魚	美牛柑	

【 柏第四中学校 】

献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
赤飯	中華丼	きのこドリア	ひじきご飯	煮込みうどん
鶏肉の唐揚げ	もやしと春雨のサラダ	アーモンド入りサラダ	鯖のゆかり焼き	大豆と鶏肉の甘辛煮
野菜の梅肉和え	トック入りわかめスープ	ポテトとベーコンのスープ	ごま和え	キャベツときゅうりのごま酢和え
うずらの卵汁	ヨーグルト	美生柑	玉ねぎの味噌汁	米粉抹茶蒸しパン
煎り大豆			じゃがいものおかか煮	

【 十中学校 】

献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
ごはん	菜めし	肉豆腐ごはん	黒糖パン	ひじきごはん
酢豚	鯛の野菜あんかけ	ピリ辛あえ	タンドリーチキン	さばの幽庵焼き
磯香あえ	ひじきとかぶのナムル	けんちん汁	花野菜サラダ	きんぴら煮
中華コーンスープ	豆乳みそ汁	冷凍りんご	粉ふき芋	じゃがいものみそ汁
河内晩柑	いちご		シーフードヌードルスープ	黒糖ピーナッツ
大豆小魚			冷凍パイ	

【 中原中学校 】

献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
サフランライス	ミルクパン	ご飯	野沢菜チャーハン	ご飯
ドライカレー	ホキのアーモンドフライ	秋刀魚の甘露煮	酢豚	鯖の文化干し
アスパラサラダ	バジルポテト	ふきと春野菜の旨煮	にらたまスープ	大豆の磯煮
千切り野菜のスープ	キャベツのクリームスープ	ごま仕立てのみそ汁	美牛柑	えのきだけのみそ汁
小魚とアーモンド	フルーツ白玉	清見オレンジ	黒糖カシューナッツ	ヨーグルト
		炒り大豆		

【 酒井根中学校 】

献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
ご飯	すきやき丼	みそラーメン	グリーンピースご飯	はちみつパン
麻婆豆腐	青大豆のサラダ	うずら卵入り甘酢炒め	さばのカレー揚げ	グラタン
春雨サラダ	塩ちゃんこ汁	ナムル	昆布の和え物	茗わかめのサラダ
卵入り中華スープ	フルーツ和え	中華ポテト	じゃがいもの金平煮	カレーポテトスープ
黒糖アーモンド	小魚	ヨーグルト	大根のみそ汁	大豆小魚
		大豆	きなこ大豆	

5月16日
月曜日5月17日
火曜日5月18日
水曜日5月19日
木曜日5月20日
金曜日

【 南部中学校 】

献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
サフランライス	ミルクパン	ご飯	野沢菜炒飯	揚げパン
ドライカレー	ホキのムニエル	秋刀魚の甘露煮	酢豚	とり肉とうずらの卵の煮込み
グリーンアスパラガスサラダ	バジルポテト	ふきと春野菜の旨煮	にら卵スープ	豚汁
千切り野菜のスープ	キャベツのクリームスープ	ごま仕立てのみそ汁	美生柑	冷凍みかん
小魚とナッツ	フルーツ白玉	清見オレンジ	メーブルカシューナッツ	小魚
		炒り大豆		

【 逆井中学校 】

献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名	献立（料理）名
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
ご飯	牛乳パン	中華丼	ご飯	ハヤシライス
鯖の味噌煮	鶏肉のオレンジ煮	八珍豆腐汁	鰯のアーモンドフライ	大豆サラダ
くるみ和え	小松菜サラダ	スイートパンプキン	茎わかめのサラダ	アップルゼリー
かきたま汁	トマトスープ		みそけんちん汁	小魚
切干大根の旨煮	スパイシー大豆		じゃが芋のおかか煮	
美生柑				