2023年 5月　9 北町中学校　　令和5年度5月 献立原案

日	月	火	水	木	金	土
	5/1	5/2	5/3 憲法記念日	5/4 みどりの日	5/5 子供の日	5/6
	豚肉のみそしょうが焼き丼(麦ご飯)	中華おこわ(えび×、参考)				
	飲用牛乳	飲用牛乳				
	豚肉のみそしょうが焼き丼(具)	じゃこ入り中華大根				
	※けんちん汁(鰹、昆布)	じゃがいも入りわかめスープ(鶏がら)				

5/7	5/8	5/9	5/10	5/11	5/12	5/13
	※回鍋肉丼(麦ご飯)	※抹茶揚げパン(グラニュー糖)	麦ご飯	ポパイピラフ	豚キムチ丼(麦ご飯)	
	飲用牛乳	飲用牛乳	■飲用牛乳 2	飲用牛乳	飲用牛乳	
	※回鍋肉丼(具)	※野菜のごまみそ和え(さいたま市HP)	※のりの佃煮	カラフルピクルス	豚キムチ丼(具)	
	※切り干し大根とにらの中華炒め	押し麦のスープ(鶏がら)	※塩肉じゃが＊	イタリアンポテトスープ(鶏がら、粉チーズ→白すりごま)	※チンゲン菜のｽｰﾌﾟ(豆腐)	
	※フルーツポンチ(寒天・りんご・黄桃、参考献立)		※三色野菜の和風ドレ		アセロラオレンジゼリー	
		「45分授業」	「45分授業」	「45分授業」	「45分授業」	

5/14	5/15	5/16	5/17	5/18	5/19	5/20 ★
	厚揚げ塩麻婆丼(麦ご飯)	※親子丼	フレンチトースト(クックエブリオ)	ジャンバラヤ	発芽玄米入りご飯	運動会
	飲用牛乳	■飲用牛乳 2	飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳	
	厚揚げ塩麻婆丼(具、豚骨)	ひじきの炒め煮	さつまいものレモン煮(勝ち飯)	※枝豆サラダ(キャベツ)	いわしのさんが焼き→四街道市立和良比小(千葉県・郷土)	
	広東スープ(豚骨)	大根のあったか汁	大豆入りミネストローネ(リボンマカロニ)(鶏がら)	レンズ豆のスープ(参考献立・鶏がら)	きゅうりのからし漬け	
					打ち豆汁(郷土・滋賀、福井など)	
	「45分授業」	「45分授業」	「45分授業」	「45分授業」	「45分授業」	
			(区中研一斉			

5/21	5/22 ★	5/23 ★	5/24	5/25	5/26	5/27
運動会予備日	振替休業日	ビーンズドライカレー(ご飯、すりおろしたにんじん)	チンジャオロース丼	発芽玄米入りご飯	しょうゆラーメン(めん)	
		■ジョア(プレーン味)	■飲用牛乳 2	飲用牛乳	飲用牛乳	
		ビーンズドライカレー(具)	※白菜と豆腐のスープ	かつおの玉ねぎマヨ焼き(白いんげんペースト入り)	しょうゆラーメン(汁・鶏がら・参考献立)	
		くだもの(冷凍みかん、1人1個)	キャベツのあっさり和え	豚汁(鰹)	豚肉のごま竜田揚げ(小)	
					きゅうりの浅漬け	
				「45分授業」	「45分授業」	

5/28	5/29	5/30	5/31			
	※麦ご飯	※麦ご飯	※パエリヤ田柄			
	■飲用牛乳 2	■飲用牛乳 2	■飲用牛乳 2			
	※ひじきふりかけ	■ししゃもの南蛮漬け・旭	※すり下ろしドレサラダ			
	※肉豆腐	※大根のゆかりあえ	※ﾄﾏﾄと卵のｽｰﾌﾟ(生)			
	※白菜とちくわのゴマ和え	■青菜の味噌汁				