

5月 献立表

<中学校>

Aブロック

(エネルギー kcal, たんぱく質 g)

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
			5/1 ごはん 庄内ふのみそ汁 れんこんとえび寄せ揚げ 豚丼 773Kcal 31.2g	5/2 ごはん 中華スープ チーズチキン大葉巻き 拌三糸(パンサンスー) 750Kcal 24.6g
5/5 休 日	5/6 休 日	5/7 ごはん 豚汁 豆腐ハンバーグ すき昆布の煮物 753Kcal 26.5g	5/8<こどもの日献立> たけのこごはん 庄内ふのすまし汁 かつおフライ 菜の花のからしあえ かしわもち 818Kcal 32.9g	5/9 市産小麦コッペパン クリームスープ 白ごまフランクケチャップソースかけ 小松菜とツナのソテー 798Kcal 32g
5/12 ごはん 酸辣湯(サンラータン) とり肉スパイス揚げ 華風ひたし ふりかけ(お魚) 752Kcal 30.9g	5/13 ごはん とり団子のスープ かにシューマイ ホイコーロー 750Kcal 27.7g	5/14 ごはん ポークカレー 焼きかまチーズ 野菜サラダ 玉ねぎドレッシング 782Kcal 25.4g	5/15 ごはん 豆腐のみそ汁 彩り厚焼たまご 牛肉とたけのこの煮物 751Kcal 27.3g	5/16 ごはん ワンタンスープ いかメンチ じゃが豚キムチ 805Kcal 25.8g
5/19 ごはん きのこわかめのスープ 肉だんご(3個) マカロニサラダ 824Kcal 22.2g	5/20 ごはん 山菜汁 メンチカツソースかけ おかひじきのおひたし 758Kcal 25.9g	5/21 ごはん ハヤシシチュー オムレツ ゆでブロッコリー ごまドレッシング 805Kcal 23.5g	5/22 ごはん みそけんちん汁 ししゃもフライ(2尾) きんぴらごぼう 796Kcal 27.6g	5/23 市産小麦食パン ミネストローネ かぼちゃコロッケ 海草サラダ 青じそドレッシング いちごジャム 773Kcal 24g
5/26 ごはん 華風スープ 春巻 ルーローハン 855Kcal 27g	5/27 ごはん にらたま汁 ぎょうざ(2個) 豚肉と野菜のみそ炒め 775Kcal 28.9g	5/28 ごはん とりごぼう汁 あじフライソースかけ 野菜のごまあえ 753Kcal 27.3g	5/29 ごはん じゃがいものみそ汁 とり照焼き わらびの煮物 751Kcal 33.6g	5/30 ごはん わかたけ汁 さばみそ煮 五目煮 752Kcal 28.5g

Aブロック学校 第一中, 第三中, 第六中, 第九中, 第十中, 蔵王一中, 蔵王二中

Bブロック学校 第二中, 第四中, 第五中, 第七中, 第八中, 金井中, 高楯中, 山寺中

※ Bブロックの学校は, Aブロックの献立が1日ずつずれた献立です。ただし, 5月1日は30日の献立がくり上がります。

4月 献立表

<中学校>

Aブロック

(エネルギー kcal, たんぱく質 g)

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
				4/11 ごはん すまし汁 春巻 ポテトサラダ ふりかけ(おかか) 780Kcal 21.6g
4/14 ごはん 玉ねぎのみそ汁 さば昆布しょうゆ焼き 切干大根の煮物 753Kcal 27.4g	4/15 ごはん 春キャベツのスープ ぎょうざ(2個) ドライカレー 774Kcal 26.4g	4/16<入学・進級祝い献立> 菜めし かきたま汁 とり肉竜田揚げ おひたし クレープ(チョコ) 842Kcal 29g	4/17 ごはん 豚汁 かつおメンチ ふきの炒り煮 779Kcal 26.7g	4/18 市産小麦食パン コーンスープ ハンバーグケチャップソースかけ 野菜サラダ 玉ねぎドレッシング 834Kcal 31.1g
4/21 ごはん わかめのみそ汁 ホキフライソースかけ 肉じゃが 803Kcal 30.1g	4/22 ごはん もうそう汁 あじ白しょうゆ焼き とりごぼう炒め 756Kcal 33.3g	4/23 ごはん チキンカレー 豆腐シューマイ わかめサラダ 青じそドレッシング 775Kcal 23g	4/24 ごはん 凍り豆腐のみそ汁 まぐろカツソースかけ 華風ひたし 752Kcal 27.1g	4/25 ごはん 山菜汁 豚肉しょうが焼き 野菜の塩昆布あえ 735Kcal 28.9g
4/28 ごはん 卵スープ コロッケソースかけ 野菜のオイスターソース炒め 818Kcal 24.6g	4/29 休 日	4/30 ごはん 華風スープ ほうれん草オムレツ 麻婆キャベツ 760Kcal 26g		

Aブロック学校 第一中, 第三中, 第六中, 第九中, 第十中, 蔵王一中, 蔵王二中

Bブロック学校 第二中, 第四中, 第五中, 第七中, 第八中, 金井中, 高楯中, 山寺中

※ Bブロックの学校は, Aブロックの献立が1日ずつずれた献立です。ただし, 4月11日は30日の献立がくり上がります。