

令和6年5月分献立表



吉見町学校給食センター

目標 協力して片付けよう

| 日 | 曜 | スプーン | こんだてめい 主食 飲み物 おかず | アレルギー物質 (8大アレルギー) 小麦、卵、乳、落花生 そば、えび、かに、 ○付はコンタミネーション | 食品のしゅるい | | | えいようりょう | | |
|----|---|------|---|--|------------------------------------|---|---|---|--------------|--------------|
| | | | | | 血や肉になるもの (赤色) | 体の調子を ととのえるもの (緑色) | かや体温となるもの (黄色) | 小 中 | 小 中 | |
| 1 | 水 | | ごはん 牛乳 ミートボールスープ ささかまのおちやはあげ キャベツのサラダ (たまねぎドレッシング) | 小麦 乳 小麦 卵 卵 小麦 小麦 小麦 (小麦) | 牛乳 ささかまほこ | ミートボール とうもろこし たまねぎ こまつな きゅうり せんちゃ もやし キャベツ | ごはん ドレッシング あぶら こむぎこ | 618 750 | 22.5 26.4 | |
| 2 | 木 | | ごはん 牛乳 わかだけじる さばのしょうがに こもくきんぴら かしわもち 学配 | 小麦 乳 小麦 小麦 小麦 卵 乳 えび かに | 牛乳 わかめ さつまあげ | とうふ さば にんじん ねぎ こんにゃく | たけのこ ごぼう えだまめ | ごはん さとう あぶら かしわもち | 729 808 | 25.7 28.2 |
| 7 | 火 | | ごはん 牛乳 たまねぎのみそしる キョーザ ぶたにくのキムチいため | 小麦 乳 小麦 小麦 卵 乳 えび かに | 牛乳 あぶらあげ ぎょうざのぐ | とうふ みそ ぶたにく | にんじん キャベツ キムチ たまねぎ もやし | ごはん あぶら ぎょうざのかわ | 693 843 | 27.7 34.4 |
| 8 | 水 | | ごはん 牛乳 じゃがいものそばろに ちくさたまごやき はるさめのすのもの | 小麦 乳 小麦 卵 小麦 小麦 卵 小麦 えび かに | 牛乳 ちくさたまご | ぶたにく ハム | にんじん たけのこ キャベツ たまねぎ えだまめ きゅうり | ごはん じゃがいも でんぶん はるさめ あぶら さとう こま こまあぶら | 741 883 | 26.3 31.4 |
| 9 | 木 | | じこなうどん 牛乳 わふうじる えびカツ ほうれんそうとコーンのソテー | 小麦 卵 そば 乳 小麦 小麦 小麦 えび かに 小麦 卵 落花生 | 牛乳 あぶらあげ こんぶ | とりにく なると えび | にんじん ねぎ キャベツ ほしシイタケ とうもろこし ほうれんそう | じこなうどん さとう パンこ あぶら バター | 612 769 | 27.2 33.1 |
| 10 | 金 | | ごはん 牛乳 ラビオリスープ チキンのオープンやき カラフルサラダ (イタリアンドレッシング) | 小麦 乳 小麦 小麦 乳 | 牛乳 とりにく | ぶたにく チーズ | にんじん もやし とうもろこし キャベツ パプリカ たまねぎ ねぎ きゅうり | ごはん ドレッシング あぶら ラビオリ | 685 818 | 26.4 31.8 |
| 13 | 月 | | ごはん 牛乳 豚汁 コーンコロッケ にんじんシリシリ | 小麦 乳 小麦 小麦 卵 乳 | 牛乳 とうふ ツナフレーク | ぶたにく みそ | にんじん だいこん ねぎ しらたき ごぼう こんにゃく とうもろこし | ごはん あぶら パンこ じゃがいも さとう | 656 747 | 22.5 26.0 |
| 14 | 火 | | コッペパンスライス ☆にゅうさんきんいんりょう 学配 ABCスープ スティックハンバーグ こんにゃくサラダ (わふうドレッシング) | 小麦 乳 卵 小麦 小麦 | にゅうさんきんいんりょう スティックハンバーグ ベーコン | にんじん キャベツ きゅうり | たまねぎ こんにゃく とうもろこし | コッペパン あぶら マカロニ ドレッシング | 717 844 | 30.6 34.0 |
| 15 | 水 | | ごはん 牛乳 すきやきに ホッケのいちやほしやき そくせきづけ | 小麦 乳 小麦 小麦 卵 えび かに | 牛乳 とうふ ホッケ | ぶたにく かまほこ | にんじん はくさい しらたき ねぎ キャベツ きゅうりづけ | ごはん さとう あぶら じゃがいも | 639 753 | 28.3 34.0 |
| 16 | 木 | | ちゅうかメン 牛乳 ワカメラーメン ポークシューマイ ほうれんそうのバターしょうゆいため | 小麦 卵 そば 乳 小麦 小麦 小麦 えび かに 小麦 卵 落花生 | 牛乳 なると シューマイのぐ | ぶたにく ワカメ ベーコン | にんじん もやし ほうれんそう えのきたけ | ちゅうかメン シューマイのかわ ごまあぶら バター | 578 744 | 24.6 31.8 |
| 17 | 金 | | むぎごはん 牛乳 チキンとアスパラガスのカレー やさしいグラタン れいとうリンゴ | 小麦 乳 小麦 小麦 乳 卵 | 牛乳 とりレバー | とりにく こなチーズ | にんじん アスパラガス リンゴ たまねぎ やさしいグラタン | むぎごはん あぶら じゃがいも カレールー | 721 867 | 22.5 26.1 |
| 20 | 月 | | ごはん 牛乳 やさしいスープ ハンバーグデミグラスソース じゃがいものいために | 小麦 乳 小麦 小麦 卵 乳 えび かに 落花生 小麦 卵 えび かに 落花生 | 牛乳 あおのり | ハンバーグ ベーコン | にんじん ぶなしめじ たまねぎ キャベツ ほうれんそう | ごはん さとう あぶら じゃがいも バター | 670 788 | 23.2 27.0 |
| 21 | 火 | | ごはん 牛乳 えのきのみそしる メンチカツ ごまあえ | 小麦 乳 小麦 小麦 卵 乳 | 牛乳 あぶらあげ メンチカツ | とうふ みそ | にんじん えのきたけ もやし キャベツ ほうれんそう | ごはん パンこ さとう あぶら ごま | 725 863 | 25.8 30.6 |
| 22 | 水 | | ごはん 牛乳 キャベツのスープ ハムチーズピカタ ポークビーンズ | 小麦 乳 小麦 卵 小麦 卵 小麦 卵 落花生 | 牛乳 ハムチーズピカタ ぶたにく | とりにく ベーコン だいたず | にんじん キャベツ たまねぎ トマト | ごはん バター あぶら さとう | 731 838 | 28.7 32.9 |
| 23 | 木 | | ソフトめん 牛乳 カレーなんばん カツオブライ アスパラサラダ (ごまドレッシング) | 小麦 卵 そば 乳 小麦 小麦 小麦 卵 乳 えび | 牛乳 あぶらあげ | とりにく かつお | たまねぎ ねぎ キャベツ にんじん もやし アスパラガス | ソフトめん さとう でんぶん あぶら パンこ ごまドレッシング | 736 896 | 30.9 37.8 |
| 24 | 金 | | ごはん 牛乳 ちゅうかに あまからにくだんご メロン | 小麦 乳 小麦 小麦 えび 卵 かに | 牛乳 えび なると | ぶたにく いか にくだんご | にんじん ほししいたけ もやし えだまめ たまねぎ はくさい メロン | ごはん でんぶん ごまあぶら | 649 753 | 27.0 31.9 |
| 27 | 月 | | ごはん 牛乳 あおさのりのみそしる ぶたにくのしょうがやき きゅうりさっぱりづけ くろパン | 小麦 乳 小麦 小麦 卵 乳 | 牛乳 あおさのり ぶたにく | とうふ みそ | にんじん こんにゃく たまねぎ キャベツ | ごはん さとう あぶら ごまあぶら | 665 781 | 28.4 34.3 |
| 28 | 火 | | コーンチャウダー わかどりのレモンパジルやき フルーツポンチ | 小麦 乳 小麦 小麦 卵 乳 落花生 | 牛乳 ベーコン | とりにく | にんじん とうもろこし リンゴ こんにゃく たまねぎ もも ヨウナシ (レモン) | くろパン じゃがいも あぶら バター ホワイトルー | 695 837 | 24.3 30.0 |
| 29 | 水 | | ごはん 牛乳 いりどり タコナゲット もやしのおかかあえ | 小麦 乳 小麦 小麦 卵 乳 えび かに くるみ | 牛乳 ちくわ かつおぶし | とりにく タコ | にんじん ほししいたけ こんにゃく もやし ごぼう たけのこ えだまめ こまつな | ごはん さとう あぶら じゃがいも | 679 773 | 25.3 28.4 |
| 30 | 木 | | ちゅうかメン 牛乳 みそラーメン アメリカンドック ブロッコリーのソテー ヨーグルト 学配 | 小麦 卵 そば 乳 小麦 小麦 卵 乳 | 牛乳 みそ ヨーグルト | ぶたにく アメリカンドック | にんじん もやし にら とうもろこし キャベツ ねぎ たまねぎ ほうれんそう | ちゅうかメン あぶら ごまあぶら パンこ | 730 866 | 27.3 31.7 |
| 31 | 金 | | ごはん 牛乳 トマトスープ ピピンパ「にく」 ピピンパ「やさしい」 | 小麦 乳 小麦 小麦 小麦 | 牛乳 ぶたにく | ベーコン | にんじん ぶなしめじ ねぎ ほうれんそう たまねぎ トマト もやし | ごはん さとう ごまあぶら ごま | 653 772 | 23.2 27.6 |

材料入荷の都合により献立を変更することがあります。

毎月19日は「食育の日」

実施回数

小 21回
中 21回

()の中は、つけるもの、または、かけるものです。

太字は吉見産の食材を使用しています。

☆印のついているものは給食センターで容器を回収します。

