



令和6年度 5月学校給食予定献立表（中学校）

★材料や分量、アレルギーの表示については、こちらをご覧ください。

※ハム、ベーコン、はんぺん、揚げかまぼこ、棒天、かまぼこ、ちくわには、卵や乳は含まれていません。

※献立の材料は、天候などにより変更することがありますので、ご了承下さい。

※春巻きやハンバーグなど、加工食品の原料を確認したい方は直接給食センターにお尋ねください。

東部学校給食センター 0957-22-6777

ひ に ち	よ う び	こ ん だ て め い	含 ま れ る ア レ ル ゲ ン	ざ い り ょ う					エ ネ ル ギ ー kcal	
				血や肉のもとになる		体の調子をととのえる		熱や力のもとになる		たんぱく質 g
				肉・魚・卵・豆 豆製品	牛乳・小魚 海藻	色のこい野菜	色のうすい野菜 くだもの・きのこ	こく類・いも類 さとう		
1	水	麦ごはん						米 麦	768 29.4	
		牛乳	乳		牛乳					
		若竹汁	小麦、大豆、魚だし	鶏肉 豆腐	わかめ	にんじん こねぎ	たけのこ			
		ぶりフライ	小麦、大豆、魚	ぶりフライ				油		
		野菜炒め	小麦、大豆			こまつな にんじん	しめじ	油		
かしわもち	小麦、大豆					かしわもち				
2	木	コッペパン	小麦、乳、大豆					コッペパン	822 34.1	
		牛乳	乳		牛乳					
		コーンポタージュ	小麦、乳、牛肉 大豆、鶏肉	ベーコン	スキムミルク チーズ	にんじん パセリ	たまねぎ とうもろこし	じゃがいも 小麦粉		バター 油
		鶏肉のマスタード焼き	小麦、大豆	鶏肉						卵不使用マヨネーズ
カラフルサラダ	小麦、大豆			赤ピーマン	キャベツ とうもろこし 枝豆 レモン	さとう	油			
7	火	麦ごはん						米 麦	755 36.4	
		牛乳	乳		牛乳					
		じゃがいものそぼろ煮	小麦、大豆、豚肉	豚肉 厚揚げ		にんじん	たまねぎ こんにゃく グリーンピース しょうが	じゃがいも でん粉 さとう		
		魚の香味焼き	小麦、ごま、大豆、魚	あじ			しょうが	さとう でん粉		ごま油
ひよっつるの酢の物	小麦、ごま、大豆		ひよっつる		きゅうり	さとう	ごま			
8	水	麦ごはん						米 麦	766 35.1	
		牛乳	乳		牛乳					
		スーミータン	小麦、卵、ごま 大豆、鶏肉	鶏肉 ハム 卵		パセリ	とうもろこし たまねぎ	でん粉		ごま油
		焼肉	小麦、ごま、大豆 豚肉、りんご	豚肉 みそ		ピーマン にんじん	キャベツ もやし にんにく しょうが りんご	さとう		ごま油 ごま
オレンジ	オレンジ				オレンジ					
9	木	小コッペパン	小麦、乳、大豆					コッペパン	765 32.7	
		牛乳	乳		牛乳					
		スパゲッティミートソース	小麦、牛肉、大豆 豚肉、りんご	豚肉 牛肉		にんじん ピーマン トマト	たまねぎ マッシュルーム	スパゲッティ		油
		ごまドレッシングサラダ	小麦、ごま、大豆				きゅうり キャベツ とうもろこし	さとう		油 ごま
チーズ	乳		チーズ							
10	金	麦ごはん						米 麦	772 34.9	
		牛乳	乳		牛乳					
		みそ汁	大豆、魚だし	油揚げ みそ			たまねぎ 深ねぎ	じゃがいも		
		魚の竜田揚げ	小麦、さば、大豆 魚	さば			しょうが	でん粉		油
浦上そぼろ	小麦、大豆、豚肉	豚肉		にんじん	もやし ごぼう こんにゃく	さとう	油			
13	月	ごはん						米	801 27.6	
		牛乳	乳		牛乳					
		筑前煮	小麦、大豆	鶏肉		にんじん いんげん	ごぼう たけのこ こんにゃく しいたけ	じゃがいも さとう		油
		彩り野菜の卵焼き	小麦、卵、大豆、豚 肉、ゼラチン、魚だし	彩り野菜の卵焼き						
春雨のごま炒め	小麦、ごま、大豆 豚肉	豚肉		にんじん こまつな		春雨	ごま ごま油			
14	火	麦ごはん						米 麦	768 26.9	
		牛乳	乳		牛乳					
		チキンカレー（ルウ）	小麦、大豆、りんご	鶏肉		にんじん	たまねぎ りんご グリーンピース	じゃがいも		油
野菜サラダ	小麦、ごま、大豆			にんじん	きゅうり キャベツ とうもろこし	さとう	油 ごま			
15	水	麦ごはん						米 麦	801 37.4	
		牛乳	乳		牛乳					
		肉団子汁	小麦、大豆、鶏肉	ノンフライつくね		にんじん	はくさい たまねぎ しいたけ	春雨		
		揚げ魚のレモンソースかけ	小麦、さば、大豆、魚	さば			レモン	でん粉 さとう		油
ゆで干し大根の煮物	小麦、大豆、豚肉	豚肉 油揚げ		にんじん いんげん	ゆで干しだいこん	さとう	油			
16	木	黒砂糖パン	小麦、乳、大豆					黒砂糖パン	807 31.6	
		牛乳	乳		牛乳					
		ちゃんぽん	えび、小麦、いか、 大豆、鶏肉、豚肉、魚	豚肉 いか えび はんぺん 揚げかまぼこ		にんじん こねぎ	キャベツ もやし たまねぎ	ちゃんぽん		油
		春巻き	小麦、大豆、豚肉					春巻き		油
		ミニトマト				ミニトマト				
17	金	麦ごはん						米 麦	768 29.9	
		牛乳	乳		牛乳					
		ポテトスープ	小麦、大豆、鶏肉	鶏肉		にんじん パセリ	たまねぎ セロリ	じゃがいも		油
		ハンバーグのおろしソースかけ	小麦、大豆、鶏肉 豚肉	国産ミートハンバーグ			だいこん	さとう		
アーモンドあえ	小麦、大豆、ナッツ アーモンド			にんじん	キャベツ きゅうり	さとう	アーモンド			



令和6年度 5月学校給食予定献立表（中学校）

★材料や分量、アレルギーの表示については、こちらをご覧ください。

※ハム、ベーコン、はんぺん、揚げかまぼこ、棒天、かまぼこ、ちくわには、卵や乳は含まれていません。

※献立の材料は、天候などにより変更することがありますので、ご了承下さい。

※春巻きやハンバーグなど、加工食品の原料を確認したい方は直接給食センターにお尋ねください。

東部学校給食センター 0957-22-6777

ひ に ち	よ う び	こ ん だ て め い	含 ま れ る ア レ ル ゲ ン	ざ い り ょ う					エ ネ ル ギ ー kcal	
				血 や 肉 の も と に な る		体 の 調 子 を と の え る		熱 や 力 の も と に な る		た ん ぱ く 質 g
				肉・魚・卵・豆 豆製品	牛乳・小魚 海藻	色 の こ い 野 菜	色 の う す い 野 菜 く だ も の ・ き の こ	こ く 類 ・ い も 類 さ と う		
20	月	ごはん						米	785 27.1	
		牛乳	乳	牛乳						
		野菜スープ	小麦、大豆、鶏肉	ベーコン		にんじん パセリ	キャベツ たまねぎ			
		鶏肉とレバーのマリアナソース	小麦、大豆、鶏肉 りんご	レバー竜田揚げ 鶏肉		ピーマン にんじん	しょうが たまねぎ	でん粉 さとう		油
		オレンジ	オレンジ			オレンジ				
21	火	麦ごはん						米 麦	752 32.3	
		牛乳	乳	牛乳						
		豚汁	大豆、豚肉、魚だし	豚肉 油揚げ みそ		にんじん ねぎ	こんにゃく ごぼう	じゃがいも		
		いわしおかか煮	小麦、大豆、魚	いわしおかか煮						
		ひじきの甘辛煮	小麦、大豆、魚	鶏肉 揚げかまぼこ	ひじき	にんじん		さとう	油	
22	水	麦ごはん						米 麦	821 38.5	
		牛乳	乳	牛乳						
		麻婆豆腐	小麦、ごま、大豆 豚肉	豆腐 豚肉 みそ		にんじん ねぎ	たまねぎ しいたけ しょうが	さとう でん粉		油 ごま油
		あじフライ	小麦、大豆、魚	あじフライ						油
		レモンあえ	小麦、大豆			にんじん	キャベツ レモン	さとう		
23	木	パーカーハウスパン	小麦、乳、大豆					パーカーハウス パン	744 31.9	
		牛乳	乳	牛乳						
		いんげん豆と野菜のスープ	小麦、大豆、鶏肉 豚肉	豚肉 白いんげん豆		パセリ	とうもろこし たまねぎ にんにく	じゃがいも マカロニ		油
		焼きウインナー	豚肉	フランクフルト						
		野菜サラダ	小麦、大豆			にんじん	キャベツ きゅうり	さとう	油	
24	金	鶏ごぼうご飯	小麦、大豆	鶏肉		にんじん	ごぼう グリンピース しょうが	米 麦 さとう	油	767 28.5
		牛乳	乳	牛乳						
		かきたま汁	小麦、卵、大豆、魚 魚だし	卵 はんぺん		にんじん ほうれんそう	たまねぎ しいたけ	でん粉		
		かぼちゃ挽肉フライ	小麦、大豆、豚肉 りんご			かぼちゃ挽肉フライ			油	
		にらともやしの炒め物	小麦、ごま、大豆 豚肉	豚肉		にら	もやし		ごま油	
27	月	ごはん						米	794 34.6	
		牛乳	乳	牛乳						
		親子丼	小麦、卵、大豆 魚だし	鶏肉 卵		にんじん	たまねぎ 深ねぎ	さとう でん粉		
		いわし生姜煮	小麦、大豆、魚	いわし生姜煮						
		キャベツのゆかりあえ				赤しそ	キャベツ			
28	火	麦ごはん						米 麦	792 31.9	
		牛乳	乳	牛乳						
		貝だくさんみそ汁	大豆、魚だし	油揚げ 鶏肉 みそ		にんじん ねぎ	たまねぎ えのきたけ こんにゃく	じゃがいも		
		玄米入り平つくね	小麦、大豆、鶏肉 豚肉、魚だし	玄米入り平つくね						
		ビーフン炒め	小麦、ごま、大豆 豚肉、りんご	豚肉		にんじん	キャベツ たまねぎ	ビーフン	ごま油	
29	水	麦ごはん						米 麦	835 34.9	
		牛乳	乳	牛乳						
		だんご汁	小麦、大豆、魚だし	鶏肉 油揚げ		にんじん	だいこん ごぼう 深ねぎ しいたけ	白玉餅 じゃがいも		
		あじの南蛮漬	小麦、大豆、魚	あじ				でん粉 さとう		油
		からしあえ	小麦、大豆			ほうれんそう	とうもろこし きゅうり	さとう		
30	木	コッペパン	小麦、乳、大豆					コッペパン	828 33.9	
		牛乳	乳	牛乳						
		ワンタンスープ	小麦、牛肉、ごま、大 豆、鶏肉、豚肉、ゼラ チン	豚肉		ほうれんそう にんじん ねぎ	もやし 木くらげ にんにく	ワンタン		ごま油
		鶏のから揚げ	小麦、大豆	鶏肉				でん粉		油
		春キャベツのソテー	小麦、大豆	ベーコン			キャベツ とうもろこし		油	
		いちごジャム					いちごジャム			
31	金	麦ごはん						米 麦	810 36.5	
		牛乳	乳	牛乳						
		厚揚げのカレーそぼろ煮	小麦、大豆	鶏肉 厚揚げ		にんじん	たまねぎ しょうが グリンピース	さとう でん粉		油
		しゅうまい	小麦、大豆、鶏肉 豚肉、貝	しゅうまい						
		ナムル	小麦、ごま、大豆			にんじん ピーマン	もやし	さとう	ごま油 ごま	