

[ 2024年5月 献立予定表 ]

※牛乳は毎日つきます。

日	献立名	赤の仲間・ 血や肉になる	黄の仲間・ 熱や力の元になる	緑の仲間・ 体の調子を整える	その他	中学校・特支 エネルギー 蛋白質 食塩相当量
1 水	麦ごはん<←>		米,大麦			829 kcal
	華月汁<大豆>	わかめ,豆腐,あじ,ミックス味噌		たけのこ,みつば	だしパック(煮干)	32.8 g
	鯖の塩焼<←>	サワラ			塩麹,清酒,焼塩	17.3 g
	小松菜の煮浸し<大豆・麦>	油揚げ		こまつな,もやし,にんじん	和風だし,本みりん,こいくちしょうゆ,フチドリッ	1.6 g
	かしわもち<大豆>		かしわもち			
2 木	お茶コッパン<麦・乳>		お茶コッパン			775 kcal
	ポテトスープ<豚・麦・大豆・鶏>	ベーコン	サラダ油,じゃがいも	にんじん,たまねぎ,干し椎茸	チキンコンソメ,焼塩,ブラックペッパー,乾燥パセリ	28.9 g
	ミートパスタ<豚・鶏>	ミートボール	キャノーラ油,砂糖	たまねぎ,マッシュルーム,加熱トマト	トマトケチャップ,ウスターソース,チキンコンソメ	28.2 g
	グリーンサラダ<大豆>			アスパラガス,キャベツ,えだまめ		2.8 g
	和風ドレッシング<←>		和風ドレッシング			
7 火	ソフト麺<麦>		ソフト麺			779 kcal
	肉味噌ソース<豚・大豆・麦>	豚挽肉,豚しほ,赤味噌	サラダ油,砂糖,かたくり粉	しょうが,にんじん,たまねぎ,グリーンピース	清酒,こいくちしょうゆ,和風だし,粉さんしょう	34.8 g
	抹茶ピーズ<大豆>	大豆,きな粉	かたくり粉,キャノーラ油,砂糖		粉末茶,焼塩	22.4 g
	大根サラダ<←>			とうもろこし,だいこん,きゅうり		1.9 g
	青じそドレッシング<←>		青じそドレッシング			
8 水	麦ごはん<←>		米,大麦			702 kcal
	清流汁<大豆・麦>	かまぼこ,豆腐	春雨	にんじん,干し椎茸,ねぎ	うすくちしょうゆ,こいくちしょうゆ,清酒,本みりん,焼塩,だしパック(かつお)	30.0 g
	イカの照り焼き<イ・大豆・麦>	イカ	砂糖,かたくり粉		こいくちしょうゆ,本みりん,清酒	11.9 g
	ひじきの炒め煮<大豆・麦・ご>	ひじき,竹輪	サラダ油,砂糖,ごま	にんじん,えだまめ	こいくちしょうゆ,清酒,本みりん,和風だし,だしパック(かつお),フチドリッ	1.8 g
9 木	食パン<麦・乳>		食パン			766 kcal
	マカロニスープ<麦・大豆・豚・鶏>	ベーコン	サラダ油,マカロニ,じゃがいも	たまねぎ,にんじん,干し椎茸	チキンコンソメ,焼塩,白こしょう	30.2 g
	ドライカレー<豚・麦・大豆・鶏>	豚挽肉,豚しほ,レンスまめ	サラダ油,加熱トマト	にんにく,しょうが,たまねぎ,にんじん,ブルーン	焼塩,白こしょう,チキンコンソメ,トマトケチャップ,ウスターソース,カレー粉,クミン,ナツメグ	26.7 g
	ごぼうサラダ<←>			ごぼう,きゅうり,とうもろこし	穀物酢	3.5 g
	香りごまドレッシング<←>		香りごまドレッシング			
10 金	たけのこご飯<鶏・大豆・麦>	鶏肉,油揚げ	アルファ化米(うるち米),サラダ油,砂糖	にんじん,たけのこ,グリーンピース,干し椎茸	清酒,焼塩,こいくちしょうゆ,和風だし,こんぶだし	727 kcal
	小鉢の南蛮漬<麦・大豆>	豆あじ(でん粉つき)	キャノーラ油,砂糖	たまねぎ	こいくちしょうゆ,穀物酢,とうがらし	28.4 g
	じゃが芋の煮物<麦・大豆>		じゃがいも,こんにゃく,サラダ油,砂糖	たまねぎ,にんじん	こいくちしょうゆ,本みりん,清酒,和風だし	22.1 g
	ヨーグルト<乳>	ヨーグルト(ココア)				1.7 g
	麦ごはん<←>		米,大麦			739 kcal
13 月	ひじきらひかけ<麦・大豆・ご>	ひじきらひかけ				25.7 g
	豆腐のすまし汁<大豆・麦>	豆腐,かまぼこ		えのきたけ,にんじん,干し椎茸,みつば	こいくちしょうゆ,うすくちしょうゆ,本みりん,焼塩,だしパック(かつお)	17.7 g
	鮎の薬味たれかけ<大豆・麦>	アユ(米粉つき)	キャノーラ油,砂糖	こねぎ	うすくちしょうゆ,穀物酢,清酒,本みりん,とうがらし	1.6 g
	五色和え<大豆・麦・ご>		ごま	こまつな,にんじん,しめじ,もやし,とうもろこし	こいくちしょうゆ,和風だし,本みりん,フチドリッ	
14 火	一食うどん<麦>		うどん			747 kcal
	きつねうどんのゆめ<鶏・大豆・麦>	鶏肉,かまぼこ,油揚げ	サラダ油,かたくり粉	にんじん,ねぎ,干し椎茸	清酒,こいくちしょうゆ,本みりん,焼塩,だしパック(かつお),とうがらし	30.1 g
	竹輪のお茶天ぷら<麦>	竹輪	小麦粉,かたくり粉,キャノーラ油		粉末茶	21.7 g
	切干と小松菜のごま和え<麦・大豆・ご>		ごま	切干,だいこん,にんじん,ごまつな	本みりん,こいくちしょうゆ,和風だし,だしパック(かつお),フチドリッ	2.7 g
15 水	麦ごはん<←>		米,大麦			822 kcal
	ハッシュドポーク<豚・麦・大豆・鶏・せ・牛>	豚肉	サラダ油,ハヤシフレーク,コーンスターチ	にんにく,たまねぎ,にんじん,ブルーン,マッシュルーム	焼塩,白こしょう,デミグラスソース,ウスターソース,トマトケチャップ,チキンコンソメ	25.0 g
	ジャーマンポテト<豚・麦・大豆・鶏・牛>	ウインナー	サラダ油,じゃがいも	たまねぎ	乾燥パセリ,チキンコンソメ,ブラックペッパー	18.6 g
	ジュースフルーツ<←>			ジュースフルーツ		2.5 g
	米粉入り食パン<麦・乳>		米粉入り食パン			808 kcal
16 木	ジュリエンスープ<豚・麦・大豆・鶏>	ベーコン	サラダ油	たまねぎ,だいこん,にんじん,マッシュルームセロリ,干し椎茸	チキンコンソメ,焼塩,白こしょう	36.4 g
	ルバーブのデミグラス汁<鶏・豚・大豆・麦・せ・牛>	ハンバーグ	砂糖,コーンスターチ	加熱トマト	デミグラスソース,こいくちしょうゆ,トマトケチャップ	31.5 g
	キャベツのソテー<大豆・麦・豚・鶏>		サラダ油	キャベツ,とうもろこし,にんじん	焼塩,白こしょう,チキンコンソメ,フチドリッ	4.0 g
	スライスチーズ<乳>	スライスチーズ				
17 金	麦ごはん<←>		米,大麦			844 kcal
	中華スープ<豚・大豆・麦・ご・鶏>	焼き豚	サラダ油,かたくり粉	もやし,にんじん,チンゲン菜,干し椎茸	清酒,中華スープの素,こいくちしょうゆ,白こしょう,焼塩	26.7 g
	酢豚<豚・麦・大豆・ご・鶏>	豚肉	かたくり粉,米粉,キャノーラ油,サラダ油,砂糖	しょうが,にんじん,たまねぎ,青ピーマン,たけのこ,干し椎茸	清酒,こいくちしょうゆ,中華スープの素,トマトケチャップ,穀物酢,焼塩	23.0 g
	杏仁豆腐<乳>	杏仁豆腐				1.6 g
	麦ごはん<←>		米,大麦			729 kcal
20 月	若竹汁<麦・大豆>	かまぼこ,わかめ		たけのこ,干し椎茸,みつば	うすくちしょうゆ,こいくちしょうゆ,焼塩,清酒,本みりん,だしパック(かつお)	29.5 g
	鯉の更紗揚げ<麦・大豆>	カツオ	かたくり粉,米粉,キャノーラ油	しょうが	カレー粉,清酒,こいくちしょうゆ	14.8 g
	わけぎの味噌和え<大豆・ご>	赤味噌	砂糖,ごま	わけぎ,にんじん,もやし	本みりん,清酒,フチドリッ	1.4 g
	一食中華麺<麦>		中華麺			664 kcal
	味噌ラーメンのスープ<豚・大豆・麦・ご・鶏>	焼き豚,なると,赤味噌,ミックス味噌	サラダ油	にんにく,もやし,ねぎ	清酒,中華スープの素,焼塩,白こしょう,だしパック(煮干)	25.8 g
21 火	焼きギョウザ<豚・大豆・麦・ご>	ギョウザ			18.4 g	
	中華サラダ<←>			だいこん,にんじん,チンゲン菜,とうもろこし	2.5 g	
	塩中華ドレッシング<←>		塩中華ドレッシング			
	麦ごはん<←>		米,大麦			782 kcal
	じゃが芋の味噌汁<大豆>	豆腐,わかめ,あじ,赤味噌	じゃがいも	ねぎ	だしパック(煮干)	26.9 g
22 水	厚揚げのおろしかけ<大豆・麦>	厚揚げ	砂糖,かたくり粉	たまねぎ,だいこん,しょうが	こいくちしょうゆ,穀物酢,清酒	17.7 g
	きんぴらごぼう<ご・大豆・麦>	はんぺん	ごま油,砂糖,ごま	ごぼう,にんじん,さやいんげん	こいくちしょうゆ,本みりん,和風だし,とうがらし	1.9 g
	オレシオ<オ>			オレシオ		
	黒糖コッパン<麦・乳>		黒糖コッパン			819 kcal
	クリームシチュー<豚・乳・麦・大豆・鶏>	豚肉,水分強化牛乳	じゃがいも,シチューミックス,バター,米粉	にんじん,たまねぎ,しめじ,干し椎茸	ブラックペッパー,焼塩,チキンコンソメ	39.0 g
23 木	鮭のガーリックオイル焼き<鮭>	サケ	オリーブオイル		白ワイン,焼塩,ブラックペッパー,ローズマリー,パセリ,乾燥パセリ,ガーリックパウダー	24.2 g
	イタリアンサラダ<←>			キャベツ,赤パプリカ,黄パプリカ		3.2 g
	イタリアンドレッシング<←>		イタリアンドレッシング			
	沢あざみ入り五目ご飯<鶏・大豆・麦>	鶏肉,油揚げ	アルファ化米(うるち米),サラダ油,砂糖	にんじん,ごぼう,沢あざみ,干し椎茸	清酒,穀物酢,こいくちしょうゆ,焼塩,和風だし,こんぶだし	725 kcal
	かぼちゃのコロッケ<麦・大豆・豚>		キャノーラ油	かぼちゃ,鶏肉フライ		23.6 g
24 金	青菜のおかか煮<大豆・麦>	カツオ節		こまつな,にんじん,もやし	本みりん,こいくちしょうゆ,和風だし,フチドリッ	22.1 g
	アセロラゼリー<←>		アセロラゼリー			1.9 g
	麦ごはん<←>		米,大麦			808 kcal
	湯葉のすまし汁<大豆・麦>	かまぼこ,湯葉,豆腐		にんじん,干し椎茸,みつば	こいくちしょうゆ,うすくちしょうゆ,本みりん,焼塩,だしパック(かつお)	30.2 g
	鶏肉の山椒味噌焼き<鶏・大豆・麦>	鶏肉,赤味噌	砂糖	しょうが	こいくちしょうゆ,本みりん,清酒,粉さんしょう	23.7 g
28 火	切干大根とツナの煮物<大豆・麦・ご>	ライトツナフレーク	砂糖,ごま	切干,だいこん,にんじん,さやいんげん	こいくちしょうゆ,本みりん,だしパック(かつお)	1.6 g
	小型コッパン<麦・乳>		小型コッパン			664 kcal
	焼きそば<麦・豚・大豆・リ>	豚肉,あおのり,カツオ節	焼きそば麺,サラダ油	キャベツ,にんじん,しょうが	焼塩,白こしょう,ウスターソース,焼きそばソース	29.7 g
	厚焼き玉子<卵・大豆>	厚焼き玉子				20.3 g
	コーンもやし<大豆・麦・豚・鶏>			もやし,とうもろこし	チキンコンソメ,焼塩,白こしょう,フチドリッ	3.5 g
29 水	麦ごはん<←>		米,大麦			729 kcal
	厚揚げの味噌汁<大豆>	厚揚げ,わかめ,赤味噌,ミックス味噌		たまねぎ,キャベツ	だしパック(煮干)	29.8 g
	焼きシヤモ<←>	子持ちシヤモ				14.3 g
	筑前煮<鶏・大豆・麦>	鶏肉,ひじきボール	サラダ油,こんにゃく,砂糖	ごぼう,にんじん,さやいんげん	穀物酢,こいくちしょうゆ,本みりん,清酒,和風だし,フチドリッ,だしパック(煮干)	2.1 g
30 木	コッパン<麦・乳>		コッパン			853 kcal
	キャラメルクリーム<乳>		キャラメルクリーム			39.1 g
	ミネストローネ<豚・麦・大豆・鶏>	ベーコン,大豆	サラダ油,マカロニ,じゃがいも	たまねぎ,にんじん,加熱トマト	チキンコンソメ,焼塩,白こしょう,こいくちしょうゆ,チリパウダー,ローズマリー,パセリ,乾燥パセリ	26.2 g
	ささみのパスタ<鶏・麦・大豆>	鶏ササミ肉	かたくり粉,キャノーラ油,オリーブオイル,はちみつ,砂糖	にんにく	清酒,白こしょう,パセリ,こいくちしょうゆ	3.1 g
	コールスローサラダ<←>			キャベツ,にんじん,とうもろこし		
31 金	麦ごはん<←>		米,大麦			778 kcal
	トックスープ<大豆・鶏・ご・麦>		トック	干し椎茸,たら,たまねぎ	中華スープの素,こいくちしょうゆ,清酒,焼塩,白こしょう	29.5 g
	焼き肉<豚・麦・大豆>	豚肉	サラダ油,砂糖	たけのこ	こいくちしょうゆ,オイスターソース,清酒,本みりん	14.0 g
	炒めナムル<ご・麦・大豆・鶏>		ごま,ごま油,砂糖	こまつな,もやし,にんじん,にんにく,しょうが	こいくちしょうゆ,トウバンジャン,中華スープの素,フチドリッ	1.4 g
	パイナップル<←>		パイナップル			

(注) 微量の添加物、コンタミネーション(混入)については、表記しておりません。

※表記されるアレルギーは、下記の28品目です。

卵 《卵》、乳・乳製品 《乳》、小麦 《麦》、エビ 《エ》、カニ 《カ》、そば 《そ》、ピーナッツ 《落》、アワビ 《アワビ》、イカ 《イ》、いくら 《い》、オレシオ 《オ》、キウイフルーツ 《キ》、牛肉 《牛》、くるみ 《く》、サケ 《鮭》、サバ 《鯖》、大豆・大豆製品 《大豆》、鶏肉 《鶏》、バナナ 《バ》、豚肉 《豚》、まつたけ 《松》、もち 《桃》、やまいも 《山》、りんご 《リ》、ゼラチン 《ゼ》、カシューナッツ 《カシュー》、ごま 《ご》、アーモンド 《ア》

\*学校給食は「学校給食地産地消推進事業」により、県・市町村・JAグループの一部助成金を受けています。

\*献立表及び材料表は、各務原市のホームページでも確認することができます。

ホームページ>くらし>市政>子育て>教育>小学校・中学校・特別支援学校>学校給食センター献立表



ホームページはこちらへ