

[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	小学校 エネルギー 蛋白質 脂肪 食塩相当量
1. 水	麦ごはん<→>		米,大麦			641 kcal
	華月汁<大豆>	わかめ,豆腐,あじろ,ミックス味噌		たけのこ,みつば	だし,パック(煮干)	25.5 g
	餅の塩焼<→>	サワラ			塩麹,清酒,焼塩	14.6 g
	小松菜の煮浸し<大豆・麦>	油揚げ		ごまつな,もやし,にんじん	和風だし,本みりん,こいくちしょうゆ,プチドリッ	1.3 g
2. 木	かしわもち<大豆>		かしわもち			
	お茶コッパン<麦・乳>		お茶コッパン			639 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	24.6 g
	ミニパンのカツカツ<麦・大豆・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	24.5 g
7. 火	グリーンサラダ<大豆>			アスパラガス,キャベツ,えだまめ		2.4 g
	和風ドレッシング<→>		和風ドレッシング			
	ソフト麺<麦>		ソフト麺			623 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	28.6 g
8. 水	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	19.7 g
	大根サラダ<→>			とうもろこし,だいこん,きゅうり		1.6 g
	青じそドレッシング<→>		青じそドレッシング			
	麦ごはん<→>		米,大麦			561 kcal
9. 木	清流汁<大豆・麦>	かまぼこ,豆腐		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)	25.2 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	11.0 g
	ひじきの炒め煮<大豆・麦・こ>	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),プチドリッ	1.5 g
	食パン<麦・乳>		食パン			614 kcal
10. 金	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	25.6 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,かたくり粉,ソウルフード	にんにく,しょうが,たまねぎ,にんじん,ブルー	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	21.1 g
	ごぼうサラダ<→>			ごぼう,きゅうり,とうもろこし	穀物酢	3.1 g
	香りごまドレッシング<こ>		香りごまドレッシング			
13. 月	だれのこ飯<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,だれのこ,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	612 kcal
	小鮎の南蛮漬<麦・大豆>	豆あじ(てん粉つき)	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	24.7 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	19.5 g
	ヨーグルト<乳>	ヨーグルト(ココア)				1.4 g
14. 火	麦ごはん<→>		米,大麦			586 kcal
	ひじきふりかけ<麦・大豆・こ>	ひじきふりかけ				21.4 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)	15.3 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	ごねぎ	うすくちしょうゆ,穀物酢,清酒,本みりん,とうがらし	1.3 g
15. 水	五色和え<大豆・麦・こ>		ごま	ごまつな,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,プチドリッ	
	一食うどん<麦>		うどん			578 kcal
	きつねうどんのゆ<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	24.0 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	18.0 g
16. 木	切干と小松菜のごま和え<麦・大豆・こ>		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),プチドリッ	1.9 g
	麦ごはん<→>		米,大麦			660 kcal
	ハッシュドポーク<豚・麦・大豆・鶏・ゼ・牛>	豚肉	サラダ油,ハヤシレーク,コーンスターチ	にんにく,たまねぎ,にんじん,ブルー,マッシュ	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	21.2 g
	ジャーマンポテト<豚・麦・大豆・鶏・牛>	ウィンナー	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	16.6 g
17. 金	ジュースフルーツ<→>			ジュースフルーツ		2.1 g
	米粉入り食パン<麦・乳>		米粉入り食パン			652 kcal
	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	チキンコンソメ,焼塩,白こしょう	29.8 g
	ハンバーグ<麦・乳>	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	26.2 g
20. 月	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,プチドリッ	3.1 g
	スライスチーズ<乳>	スライスチーズ				
	麦ごはん<→>		米,大麦			679 kcal
	中華スープ<豚・大豆・鶏・こ・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	22.3 g
21. 火	酢豚<豚・大豆・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,青じそ,マン	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	20.3 g
	杏仁豆腐<乳>	杏仁豆腐				1.3 g
	麦ごはん<→>		米,大麦			583 kcal
	若竹汁<麦・大豆>	かまぼこ,わかめ		だれのこ,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)	25.1 g
22. 水	壁の更紗揚げ<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	13.4 g
	わけぎの味噌和え<大豆・こ>	赤味噌	砂糖,ごま	わけぎ,にんじん,もやし	本みりん,清酒,プチドリッ	1.2 g
	一食中華麺<麦>		中華麺			538 kcal
	味噌ラーメンのスープ<豚・大豆・鶏・こ・鶏>	焼き豚,なたく,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)	21.3 g
23. 木	焼きギョウザ<豚・大豆・麦・こ>	ギョウザ			清酒,中華スープの素,焼塩,白こしょう,だし(パック,煮干)	15.5 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		2.2 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			616 kcal
24. 金	じゃが芋の味噌汁<大豆>	豆腐,わかめ,あじろ,赤味噌	じゃがいも	ねぎ	だし(パック,煮干)	22.1 g
	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	14.9 g
	きんぴらごぼう<こ・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	1.7 g
	オレンヂ<オ>			オレンヂ		
27. 月	黒糖コッパン<麦・乳>		黒糖コッパン			662 kcal
	クリームシチュー<豚・乳・麦・大豆・鶏>	豚肉,数分強化牛乳	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	30.8 g
	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,オレガノ,パセリ	20.4 g
	イタリアンサラダ<→>			キャベツ,赤ハブ,カブ,パプリカ		2.7 g
28. 火	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	586 kcal
	かぼちゃの Cottage <麦・大豆・豚>		キャノーラ油	かぼちゃ,挽肉,フライ		19.3 g
	青菜のおかか煮<大豆・麦>	カツオ節		ごまつな,にんじん,もやし	本みりん,こいくちしょうゆ,和風だし,プチドリッ	17.9 g
29. 水	アセロラゼリー<→>		アセロラゼリー			1.3 g
	麦ごはん<→>		米,大麦			649 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)	25.6 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	20.8 g
30. 木	切干大根とツナの煮物<大豆・麦・こ>	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)	1.2 g
	小型コッパン<麦・乳>		小型コッパン			540 kcal
	焼きそば<麦・豚・大豆・り>	豚肉,あおのり,カツオ節	焼きそば,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	24.9 g
	厚焼き玉子<卵・麦・大豆>	厚焼き玉子				17.6 g
31. 金	コンもやし<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,プチドリッ	3.0 g
	麦ごはん<→>		米,大麦			569 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)	23.3 g
	焼きシヤモ<→>	子持ちシヤモ				12.6 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,プチドリッ,だし(パック,煮干)	1.7 g
	コッパン<麦・乳>		コッパン			663 kcal
	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	30.5 g
	ささみのパスタサラダ<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,粉砕酢,こいくちしょうゆ	22.4 g
	コールスロー<→>			キャベツ,にんじん,とうもろこし		2.5 g
	コールスロドレッシング<→>		コールスロドレッシング			
	麦ごはん<→>		米,大麦			626 kcal
	トックスープ<大豆・鶏・こ・麦>		トック	干し椎茸,にら,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	25.0 g
	焼き肉<豚・麦・大豆>	豚肉	サラダ油,砂糖	だれのこ	こいくちしょうゆ,オイスターソース,清酒,本みりん	12.7 g
	炒めナムル<こ・麦・大豆・鶏>		ごま,ごま油,砂糖	ごまつな,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,プチドリッ	1.1 g
	バナナアップル<→>			バナナアップル		

(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》、乳製品 《乳》、小麦 《麦》、エビ 《エ》、カニ 《カ》、そば 《そ》、ピーナツ 《落》、アワビ 《アワビ》、イカ 《イ》、いくら 《い》、オシロイ 《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》、大豆製品 《大豆》、鶏肉 《鶏》、バナナ 《バ》、豚肉 《豚》、まつたけ 《松》、もも 《桃》、やまいも 《山》、りんご 《り》、ゼラチン 《ゼ》、カシューナツ 《カシュ》、ごま 《こ》、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>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