

2022年(令和4年)5月分 学校給食献立表(小学校)第1地区

※除去食対応する献立には「マーク」を記しています。
 ※食物アレルギー対応として、ご希望される方には「学校給食食物資合表」を配布しております。必要な方は各学校まで申し出ください。

日・曜	2日・月	6日・金	9日・月	10日・火	11日・水	12日・木	13日・金	16日・月	17日・火	18日・水	
献立名	ごはん ぎゅうにゅう じゃがいものみそしる とりにくのごみソースかけ	ごはん ぎゅうにゅう もずくしる うのはないり でんぶ	ごはん ぎゅうにゅう キャベツのみそしる きりぼしだいこんのもの ひじきふりかけ	きなこあげパン ぎゅうにゅう しらたまスープ わかめあえ	せきはん ぎゅうにゅう くろごま ゆばしる ぶたにくのしょうがやき	コッペパン ぎゅうにゅう きのこチンゲンサイのスープ マカロニ グリーンアスパラガスのクリームに	ごはん ぎゅうにゅう ◇ちゅうかふうたまごスープ ホイコーロー	ごはん ぎゅうにゅう すましじる さわらのレモンみそに じゃこピーマン	まるがパン ぎゅうにゅう はるさめとレタスのスープ のちのアライ キャベツのソー ソース	ごはん ぎゅうにゅう ばちしる きゃべつ きんぴらだいず	
材料名	じゃがいも にんじん たまねぎ わかめ(塩蔵) うす揚げ ねぎ みそ いりこ 水	豆腐 もずく にんじん かまぼこ しめじ みつば うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 塩 本みりん けずり節 水	キャベツ にんじん たまねぎ うす揚げ もやし ねぎ みそ いりこ 水	コッペパン コーン油 きな粉 砂糖 塩	もち米 精白米 酒 塩 小豆 水	豚肉 しめじ えのきたけ チンゲンサイ にんじん もやし うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 塩 ごしょう 豆腐 切り干し大根 鶏肉 酒 ねぎ 切干し大根 鶏肉 酒 ねぎ にんじん たまねぎ 干しいたけ 本みりん うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ けずり節 水	豚肉 しめじ えのきたけ チンゲンサイ にんじん もやし うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 塩 ごしょう 豆腐 切り干し大根 鶏肉 酒 ねぎ 切干し大根 鶏肉 酒 ねぎ にんじん たまねぎ 干しいたけ 本みりん うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ けずり節 水	鶏肉 豆腐 わかめ(塩蔵) かまぼこ にんじん たまねぎ もやし みつば うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 本みりん 塩 だし昆布 けずり節 水	はるさめ 豚肉 酒 かまぼこ にんじん たまねぎ もやし 干しいたけ レタス(西谷産) うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 塩 だし昆布 けずり節 ごしょう 水	そうめんばち かまぼこ うす揚げ にんじん たまねぎ じゃがいも 干しいたけ ねぎ うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ だし昆布 けずり節 水	
および使用量(g)	561kcal / 23.4g	501kcal / 20.9g	507kcal / 20.0g	633kcal / 20.2g	575kcal / 24.1g	503kcal / 20.5g	533kcal / 24.4g	536kcal / 24.3g	590kcal / 23.8g	549kcal / 21.3g	

日・曜	19日・木	20日・金	23日・月	24日・火	25日・水	26日・木	27日・金	30日・月	31日・火	食育ポイントマーク	
献立名	コッペパン ぎゅうにゅう ◇たまごスープ ピーマンいため まっちゃんクリーム	ごはん(こもり) ぎゅうにゅう あじつけのり きつねうどん さばとかいそうのあえもの	ごはん ぎゅうにゅう わかめスープ やきにく	ごくとうパン ぎゅうにゅう わかめスープ だいずとかいそうのツナサラダ	むぎいりごはん ぎゅうにゅう チキンカレー フレンチサラダ	コッペパン ぎゅうにゅう ワナタンスープ かつおとじゃがいものオーロラに ジュシーフルーツ	ごはん ぎゅうにゅう ◇このはとじ きりぼしだいこんの はりはり	ごはん ぎゅうにゅう なめこじる じゃがいものそばろに	コッペパン ぎゅうにゅう いんげんまめとコーンのポタージュ さんどまめのペペロンチーノ	学校給食のマークはそれぞれ「学校給食法」に基づいた「ねらい」があります。毎月の献立の中でポイントをしぼり、マークによって「献立のねらい」をお知らせすることになりますようお願いいたします。	
材料名	卵 鶏肉 酒 にんじん たまねぎ はるさめ パセリ うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 塩 ごしょう でんぶ けずり節 水	味噌 うす揚げ 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 うどん(冷凍) にんじん たまねぎ かまぼこ ねぎ うすくちしょうゆ けずり節 水	わかめ(塩蔵) にんじん たまねぎ えのきたけ ねぎ うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 塩 ごしょう うすくちしょうゆ けずり節 水	わかめ(塩蔵) にんじん たまねぎ えのきたけ ねぎ うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 塩 ごしょう うすくちしょうゆ けずり節 水	精白米 おろむぎ 豚肉 調理ワイン にんじん たまねぎ キャベツ ホールコーン(水煮) ほうれんそう うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 塩 小豆 カレー粉 小麦粉 バター 綿実油 すりごま 水	豚肉 酒 にんじん たまねぎ キャベツ ホールコーン(水煮) ほうれんそう うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 塩 小豆 カレー粉 小麦粉 バター 綿実油 すりごま 水	ファンタンの皮 鶏肉 酒 にんじん たまねぎ 干しいたけ もやし ねぎ うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 塩 ごしょう けずり節 水	卵 うす揚げ かまぼこ にんじん たまねぎ うす揚げ ねぎ みそ いりこ 水	鶏肉 調理ワイン じゃがいも にんじん たまねぎ もやし 干しいたけ レモン 本みりん 水 パセリ 小麦粉 でんぶ コーン油 本みりん 砂糖 ごしょう ごま	鶏肉 調理ワイン じゃがいも にんじん たまねぎ もやし 干しいたけ レモン 本みりん 水 パセリ 小麦粉 でんぶ コーン油 本みりん 砂糖 ごしょう ごま	食育ポイントマーク
および使用量(g)	547kcal / 21.4g	547kcal / 20.5g	519kcal / 20.6g	533kcal / 21.5g	603kcal / 21.6g	615kcal / 26.2g	540kcal / 22.3g	515kcal / 20.2g	526kcal / 20.1g	日本各地の伝統的な料理を紹介。 兵庫県とその他の県は県名が入ります。 兵庫県産の食材を特に多く使用する場合を紹介。 【学校給食課からのおしらせ】 今年度の小学校食育アレルギー除去食対応による生徒への減額徴収額が確定しました。 牛乳：59円/個 パン：49円/個 副食：24円/食 副食：114円(りん実施日) 139円(米飯実施日) (低・中・高学年同額)	

○…あかいろのしよくひん(おもにからだをつくるものとなるしよくひん) □…きいろのしよくひん(おもにエネルギーのもととなるしよくひん) △…みどりいろのしよくひん(おもにからだのちよしょうをとどえるものとなるしよくひん) ※上記材料は、天候等により急ぎ変更する場合があります。 平均栄養摂取量 エネルギー549kcal たんぱく質22.0g