

2022年(令和4年)5月分 学校給食献立表(中学校)第2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「学校給食用物資配合表」を配布しております。必要な方は各学校までお申し出ください。

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	米飯 牛乳 肉じゃが煮 あらめのしらすあえ	コッペパン 牛乳 ◇マンハッタンクラムチャウダー ひじきとごぼうのごまサラダ	米飯 牛乳 はち汁 鯛の煮付け 青菜の煮びたし	米飯 牛乳 筑前煮 ◇いかとまきわのめし ◇レシッシュ和え	米飯 牛乳 沖繩そば ◇コーヤチャンプルー ジュシーフルーツ	米飯(小盛) 牛乳 ◇トック まきわのきんぴら キムチ入りナムル	小型パン 牛乳 ◇いかとトマトのスパゲティ グリーンアスパラガスのソテー	米飯 牛乳 ◇もずくと卵のスープ 麻婆豆腐 鷹のふりかけ	米飯 牛乳 みそけんちん汁 ひじきと大豆の煮物 小振菜のじゃこ炒め	コッペパン 牛乳 にんじんのポタージュ ごまじこサラダ
材料名	うす揚げ にんじん ごぼう たまねぎ じゃがいも ねぎ みそ ねりごま すりごま けずり節 水	あさり◇ ベーコン 調理ワイン にんにく たまねぎ じゃがいも セロリ トマト(水煮) トマトピューレ ケチャップ オリーブオイル 塩	鶏肉 酒 しょうが こいくちしょうゆ 砂糖 本みりん 縮実油 高野豆腐 だし汁 卵◇ 塩 縮実油 むきえんどう 塩	鶏肉 酒 しょうが こいくちしょうゆ 砂糖 本みりん だし汁	鶏肉 酒 しょうが こいくちしょうゆ 砂糖 本みりん だし汁	鶏肉 酒 しょうが こいくちしょうゆ 砂糖 本みりん だし汁	鶏肉 酒 しょうが こいくちしょうゆ 砂糖 本みりん だし汁	鶏肉 酒 しょうが こいくちしょうゆ 砂糖 本みりん だし汁	鶏肉 酒 しょうが こいくちしょうゆ 砂糖 本みりん だし汁	鶏肉 酒 しょうが こいくちしょうゆ 砂糖 本みりん だし汁
および使用量(g)	725kcal / 29.6g	621kcal / 23.1g	787kcal / 27.0g	673kcal / 26.6g	705kcal / 25.7g	691kcal / 23.9g	717kcal / 28.3g	691kcal / 30.0g	678kcal / 26.5g	634kcal / 24.5g

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	米飯 牛乳 肉じゃが煮 あらめのしらすあえ	コッペパン 牛乳 ◇うずら卵とわかめのスープ あじとじゃがいもの甘辛煮 ココアクリーム	米飯 牛乳 はち汁 鯛の煮付け 青菜の煮びたし	米飯 牛乳 筑前煮 ◇いかとまきわのめし ◇レシッシュ和え	小型黒糖パン 牛乳 沖繩そば ◇コーヤチャンプルー ジュシーフルーツ	米飯 牛乳 ◇もずくの味噌汁 ◇にらたま きびなごのから揚げ	コッペパン 牛乳 ◇えびとチンゲンサイのスープ チリピーズ メロン白玉	切り干し大根とコンの炊き込みご飯 牛乳 具汁 なすと豚肉の煮物	米飯 牛乳 ◇もずくと卵と 卵の花の煮つけ 赤しそ和え	学校給食の献立にはそれぞれ「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っています。参考にしていただき、マークをよくお読みください。	
材料名	豚肉 酒 承こんやく じゃがいも たまねぎ にんじん さんどまめ 縮実油 砂糖 こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ 本みりん 水	あじ 酒 塩 ごしょう でんぶん コーン油 じゃがいも コーン油 砂糖 こいくちしょうゆ 本みりん 牛乳 砂糖 コーンスターチ 生クリーム ワイン(白) ココア	鶏肉 酒 しょうが こいくちしょうゆ 砂糖 本みりん だし汁	鶏肉 酒 しょうが こいくちしょうゆ 砂糖 本みりん だし汁	鶏肉 酒 しょうが こいくちしょうゆ 砂糖 本みりん だし汁	鶏肉 酒 しょうが こいくちしょうゆ 砂糖 本みりん だし汁	鶏肉 酒 しょうが こいくちしょうゆ 砂糖 本みりん だし汁	鶏肉 酒 しょうが こいくちしょうゆ 砂糖 本みりん だし汁	鶏肉 酒 しょうが こいくちしょうゆ 砂糖 本みりん だし汁	鶏肉 酒 しょうが こいくちしょうゆ 砂糖 本みりん だし汁	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> ガミガミ献立 </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> そしゃく力を 高めるものを 紹介。 </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> 郷土料理 </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> ひょうご かながわ </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> 日本各地の伝統的な料理 を紹介。 兵庫県とその他の県は 名が入ります。 </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> 地産地消給食 </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> 兵庫県の食材 を多く使用 する場合を紹介。 </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> 【学校給食課からのお知らせ】 今年度の中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：53円/個 米飯：34円/食 副食：150円(パン実施日) 169円(米飯実施日) </div>
および使用量(g)	685kcal / 24.9g	747kcal / 26.4g	715kcal / 28.0g	692kcal / 27.3g	876kcal / 30.8g	721kcal / 30.8g	688kcal / 27.9g	654kcal / 25.7g	690kcal / 28.2g		

○…赤色の食品(おもに体をつくるものとなる食品) □…黄色の食品(おもにエネルギーのもととなる食品) △…緑色の食品(おもに体の調子を整えるものとなる食品) ※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705kcal たんぱく質27.1g