



2024年(令和6年)5月分 学校給食献立表(中学校)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「学校給食食物資配表」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	1日・水	2日・木	7日・火	8日・水	9日・木	10日・金	13日・月	14日・火	15日・水	16日・木	17日・金
献立名	米飯 牛乳 牛乳 はりはりサラダ	コッペパン 牛乳 ◇八宝汁 ポークビーンズ	コッペパン 牛乳 たららのシチュー ビーンズサラダ	深川飯<除去食対応不可> 牛乳 ふの味噌汁 切り干し大根の煮物 	コッペパン 牛乳 米粉マカロニ 米粉マカロニ 米粉マカロニ	米飯 牛乳 かきたま汁 かつおの香味焼き ひじきのふりかけ	米飯 牛乳 貝汁 グレープフルーツ いりこのつくだに	黒糖パン 牛乳 ◇卵とわかめのスープ カレーポテト 甘夏みかん	米飯 牛乳 豆腐のすまし汁 豚肉 白菜の煮びたし	コッペパン 牛乳 春雨とレタスのスープ まぐろとじゃが芋の甘辛煮 ココアクリーム	さばとひじきのご飯 牛乳 はち汁 五目汁 
材料名および使用量(g)	鶏肉 25.0 調理ワイン 0.5 じゃがいも 20.0 たまねぎ 70.0 にんじん 20.0 干ししいたけ 0.5 しょうが 0.5 綿実油 1.0 小麦粉 7.0 カレー粉 1.5 大豆 25.0 トマトピューレ 5.0 ウスターソース 2.5 ごま油 2.0 りんご 0.5 ガラムマサラ 1.0 塩 0.5 こしょう 0.05 スープベース(丸鶏) 15.0 水 75.0	鶏肉 15.0 しょうが 1.0 綿実油 1.0 えび◆ 10.0 酒 2.0 いも◆ 1.0 たまねぎ 15.0 にんじん 30.0 もやし 3.0 干ししいたけ 0.5 チンゲンサイ 15.0 うすくちしょうゆ 5.0 こしょう 0.4 ごま油 0.5 でんぶん 1.0 スープベース(丸鶏) 10.0 綿実油 10.0	たら 25.0 調理ワイン 0.2 たまねぎ 50.0 にんじん 20.0 じゃがいも 45.0 パセリ 1.0 いも 1.0 綿実油 1.0 粉チーズ 1.0 生クリーム 4.0 小麦粉 3.0 バター 6.0 綿実油 1.0 牛乳 4.0 塩 0.7 こしょう 0.02 水 100.0	精白米 90.0 水 105.0 あさり◆ 15.0 酒 0.5 しょうが 0.7 こいくちしょうゆ 1.0 いも 1.0 うすくちしょうゆ 5.0 塩 0.3 本みりん 2.0 だし昆布 0.5	米粉マカロニ 6.0 豚肉 1.0 調理ワイン 0.5 たまねぎ 30.0 じゃがいも 30.0 キャベツ 20.0 パセリ 0.5 でんぶん 7.0 だし昆布 12.0 ケチャップ 10.0 とんかつソース 0.5 スープベース 2.0 オリーブオイル 0.8 塩 0.8 こしょう 0.03 水 120.0	卵◆ 40.0 豆腐 40.0 たまねぎ 25.0 にんじん 15.0 みつば 2.0 うすくちしょうゆ 5.0 塩 0.5 でんぶん 1.0 だし昆布 0.5 けずり節 2.0 水 130.0	大豆(乾燥) 40.0 じゃがいも 30.0 たまねぎ 20.0 にんじん 15.0 ねぎ 3.0 わかめ(塩蔵) 14.0 いりこ(揚げ物) 3.0 酒 0.1 水 150.0	コッペパン 1個 黒砂糖 11.2 豆腐 4.0 わかめ(塩蔵) 15.0 しめじ 8.0 かまぼこ 5.0 みつば 2.0 うすくちしょうゆ 5.0 本みりん 0.5 塩 0.3 ごしょう 0.5 けずり節 2.0 水 150.0	豆腐 40.0 わかめ(塩蔵) 15.0 しめじ 8.0 かまぼこ 5.0 みつば 2.0 うすくちしょうゆ 5.0 本みりん 0.5 塩 0.3 ごしょう 0.5 けずり節 2.0 水 150.0	さば 8.0 さば(イル漬け) 0.5 ひじき(乾燥) 1.0 こいくちしょうゆ 1.0 にんじん 2.0 もやし 1.0 うすくちしょうゆ 0.4 本みりん 0.5 塩 0.2 水 110.0	精白米 95.0 さば(イル漬け) 20.0 ひじき(乾燥) 1.0 こいくちしょうゆ 1.0 うすくちしょうゆ 4.0 本みりん 0.5 塩 0.2 水 110.0
エネルギー(蛋白質)	740kcal/21.7g	617kcal/29.9g	669kcal/24.0g	593kcal/21.3g	647kcal/25.0g	675kcal/28.2g	665kcal/22.9g	636kcal/25.1g	736kcal/22.7g	728kcal/25.7g	686kcal/26.6g

日・曜	20日・月	21日・火	22日・水	23日・木	24日・金	27日・月	28日・火	29日・水	30日・木	31日・金	市が物価高騰分を負担します																		
献立名	米飯 牛乳 麻婆豆腐 さばと野菜のごまトッピング和え	小型パン 牛乳 さばとトマトのスパゲティ キャベツのグリーンソース ジュースフルーツ	米飯 牛乳 豚汁 卵の花の煮つけ	コッペパン 牛乳 ◇卵スープ ドライカレー バイヨンヨーグルト	米飯 牛乳 豚じゃがキムチ あらめのしらすあえ	米飯(小盛) 牛乳 五目うどん ◇高野豆腐の卵とじ けずり節と赤しそのふりかけ	きなこ揚げパン 牛乳 野菜スープ じゃがいもの中華炒め	米飯 牛乳 ハヤシシチュー ごまじゃこサラダ	コッペパン 牛乳 ◇えびと卵の中華スープ チリコンカン ぶどうゼリー	米飯 牛乳 ミルク さばとチヨム 大豆もやし炒めナムル	昨年から続く急激な物価高騰の影響を受けている子育て世帯を支援するため、交付金を活用して保護者の皆様へ新たな負担を求めることなく、令和6年度(2024年度)も市が食料費の一部を負担し、子どもたちに質の高い、おいしい給食を提供します。 【1食当たりの学校給食費】 ・小学校・特別支援学校 230円 ・中学校 270円  学事課からのお知らせ  今年度の中学校食物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:71円/個 パン:57円/個 米飯:37円/食 副食:134円(パン実施日) 154円(米飯実施日)																		
材料名および使用量(g)	合いびきミンチ 30.0 酒 1.0 豆腐 150.0 たまねぎ 45.0 にんじん 25.0 干ししいたけ 0.8 ねぎ 5.0 しょうが 1.5 砂糖 1.0 こいくちしょうゆ 3.0 みそ 7.0 本みりん 0.5 綿実油 1.0 でんぶん 1.5 トウバンジャン 0.6 塩 0.5 水 20.0	スパゲティ 50.0 さば(オイル漬け) 25.0 調理ワイン 1.0 たまねぎ 45.0 にんじん 15.0 トマト(水煮) 15.0 にんにく 1.0 オリーブオイル 2.0 ケチャップ 1.5 トマトジュース 6.0 塩 0.4 こしょう 0.03 水 80.0	豚肉 15.0 酒 0.5 うす揚げ 5.0 つきこんにやく 15.0 じゃがいも 30.0 たまねぎ 15.0 にんじん 1.0 たまねぎ 25.0 ねぎ 3.0 みそ 13.0 けずり節 3.0 水 130.0	鶏肉 15.0 酒 0.5 はるさめ 4.0 卵◆ 40.0 たまねぎ 20.0 にんじん 15.0 パセリ 1.0 うすくちしょうゆ 4.0 こしょう 0.02 でんぶん 1.0 けずり節 1.0 水 160.0	卵 1.0 糸こんにやく 30.0 じゃがいも 100.0 かまぼこ 50.0 たまねぎ 25.0 わかめ(塩蔵) 25.0 にら 10.0 砂糖 2.0 本みりん 4.0 うすくちしょうゆ 0.1 水 50.0	うどん(冷凍) 65.0 うす揚げ 1.0 にんじん 15.0 たまねぎ 5.0 かまぼこ 8.0 えのきたけ 10.0 ねぎ 4.0 こいくちしょうゆ 0.5 うすくちしょうゆ 4.0 本みりん 0.5 けずり節 3.0 水 110.0	高野豆腐 9.0 卵◆ 15.0 たまねぎ 10.0 砂糖 2.0 うすくちしょうゆ 2.5 本みりん 0.5 だし汁 30.0 けずり節 3.0 酒 1.5 こしょう 0.03 ごま油 0.5	豚肉 1個 コンソメ 10.0 きな粉 5.0 砂糖 5.0 塩 0.05 鶏肉 15.0 酒 0.5 プロット 25.0 トマト(水煮) 40.0 バター 20.0 スープベース 10.0 ウスターソース 4.0 とんかつソース 3.0 粉チーズ 0.02 デグリスソース 3.0 塩 130.0	豚肉 25.0 酒 0.5 調理ワイン 0.5 じゃがいも 50.0 たまねぎ 60.0 にんじん 10.0 干ししいたけ 10.0 小麦粉 6.0 バター 6.0 スープベース 5.0 ウスターソース 3.0 とんかつソース 3.0 粉チーズ 2.0 デグリスソース 15.0 水 130.0	えび◆ 20.0 酒 0.5 ねぎ 47.0 はるさめ 20.0 にんじん 10.0 たまねぎ 10.0 もやし 10.0 干ししいたけ 0.4 ねぎ 2.0 うすくちしょうゆ 5.0 こしょう 0.02 ごま油 0.3 けずり節 3.0 でんぶん 1.0 水 130.0	鶏肉 15.0 酒 0.5 にんにく 0.3 綿実油 0.6 塩(冷凍) 6.0 わかめ(塩蔵) 3.0 はるさめ 3.0 にんじん 15.0 えのきたけ 15.0 ねぎ 2.0 うすくちしょうゆ 2.0 こしょう 0.2 スープベース 1.0 水 150.0	さば 15.0 スパゲティ 35.0 にんじん 10.0 ごま油 0.3 酢 3.0 砂糖 0.5 すりごま 1.5	さば 15.0 スパゲティ 35.0 にんじん 10.0 ごま油 0.3 酢 3.0 砂糖 0.5 すりごま 1.5	合いびきミンチ 35.0 調理ワイン 1.0 たまねぎ 25.0 にんじん 10.0 ねぎ 4.0 干ししいたけ 0.3 こいくちしょうゆ 0.5 カレー粉 0.7 トマトピューレ 7.0 ウスターソース 1.0 とんかつソース 1.0 砂糖 0.3	ヨーグルト 60.0 パン(アップルシロップ漬) 15.0 砂糖 0.1	高野豆腐 9.0 卵◆ 15.0 たまねぎ 10.0 砂糖 2.0 うすくちしょうゆ 2.5 本みりん 0.5 だし汁 30.0 けずり節 3.0 酒 1.5 こしょう 0.03 ごま油 0.5	豚肉 20.0 水 0.5 じゃがいも 60.0 にんじん 10.0 しょうが 0.5 本みりん 1.0 砂糖 1.5 塩 0.3 こしょう 0.03 酢 2.0 ごま油 1.0	豚肉 15.0 酒 0.5 調理ワイン 0.5 じゃがいも 50.0 たまねぎ 60.0 にんじん 10.0 干ししいたけ 10.0 小麦粉 6.0 バター 6.0 スープベース 5.0 ウスターソース 3.0 とんかつソース 3.0 粉チーズ 2.0 デグリスソース 15.0 水 130.0	えび◆ 20.0 酒 0.5 ねぎ 47.0 はるさめ 20.0 にんじん 10.0 たまねぎ 10.0 もやし 10.0 干ししいたけ 0.4 ねぎ 2.0 うすくちしょうゆ 5.0 こしょう 0.02 ごま油 0.3 けずり節 3.0 でんぶん 1.0 水 130.0	鶏肉 15.0 酒 0.5 にんにく 0.3 綿実油 0.6 塩(冷凍) 6.0 わかめ(塩蔵) 3.0 はるさめ 3.0 にんじん 15.0 えのきたけ 15.0 ねぎ 2.0 うすくちしょうゆ 2.0 こしょう 0.2 スープベース 1.0 水 150.0	さば 15.0 スパゲティ 35.0 にんじん 10.0 ごま油 0.3 酢 3.0 砂糖 0.5 すりごま 1.5	合いびきミンチ 35.0 調理ワイン 1.0 たまねぎ 25.0 にんじん 10.0 ねぎ 4.0 干ししいたけ 0.3 こいくちしょうゆ 0.5 カレー粉 0.7 トマトピューレ 7.0 ウスターソース 1.0 とんかつソース 1.0 砂糖 0.3	ヨーグルト 60.0 パン(アップルシロップ漬) 15.0 砂糖 0.1	高野豆腐 9.0 卵◆ 15.0 たまねぎ 10.0 砂糖 2.0 うすくちしょうゆ 2.5 本みりん 0.5 だし汁 30.0 けずり節 3.0 酒 1.5 こしょう 0.03 ごま油 0.5	豚肉 20.0 水 0.5 じゃがいも 60.0 にんじん 10.0 しょうが 0.5 本みりん 1.0 砂糖 1.5 塩 0.3 こしょう 0.03 酢 2.0 ごま油 1.0	豚肉 15.0 酒 0.5 調理ワイン 0.5 じゃがいも 50.0 たまねぎ 60.0 にんじん 10.0 干ししいたけ 10.0 小麦粉 6.0 バター 6.0 スープベース 5.0 ウスターソース 3.0 とんかつソース 3.0 粉チーズ 2.0 デグリスソース 15.0 水 130.0	えび◆ 20.0 酒 0.5 ねぎ 47.0 はるさめ 20.0 にんじん 10.0 たまねぎ 10.0 もやし 10.0 干ししいたけ 0.4 ねぎ 2.0 うすくちしょうゆ 5.0 こしょう 0.02 ごま油 0.3 けずり節 3.0 でんぶん 1.0 水 130.0	鶏肉 15.0 酒 0.5 にんにく 0.3 綿実油 0.6 塩(冷凍) 6.0 わかめ(塩蔵) 3.0 はるさめ 3.0 にんじん 15.0 えのきたけ 15.0 ねぎ 2.0 うすくちしょうゆ 2.0 こしょう 0.2 スープベース 1.0 水 150.0	さば 15.0 スパゲティ 35.0 にんじん 10.0 ごま油 0.3 酢 3.0 砂糖 0.5 すりごま 1.5
エネルギー(蛋白質)	754kcal/29.1g	745kcal/28.6g	636kcal/21.2g	717kcal/32.0g	684kcal/21.3g	662kcal/24.0g	703kcal/23.9g	734kcal/21.6g	666kcal/28.2g	680kcal/25.6g																			

○…赤色の食品 (おもに体をつくるもとになる食品) □…黄色の食品 (おもにエネルギーのもとになる食品) △…緑色の食品 (おもに体の調子を整えるもとになる食品) ※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 684kcal たんぱくしつ 25.2g