

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 ◇ハ宝汁 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 具汁 クレープイリチー いりこのつくだに	黒糖パン 牛乳 ◇卵とわかめのスープ カレーグンボト 甘夏みかん	米飯 牛乳 豆腐のすまし汁 豚豚の煮びたし	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
材料名および使用量(g)	鶏肉 25 調理ワイン 0.5 じゃがいも 50 たまねぎ 20 にんじん 70 干しいたけ 0.5 しょうが 0.5 綿実油 1 小麦粉 7 カレー粉 1.5 豆乳 2.5 トマトピューレ 5 ウスターソース 5 こいくちしょうゆ 2.5 とんかつソース 2 りんご 0.5 ガラムマサラ 1 塩 0.5 こしょう 0.05 スープベース(丸鶏) 15 水 75	鶏肉 15 しょうが 1 綿実油 1 えび◆ 10 酒 2 たまねぎ 10 にんじん 30 もやし 30 干しいたけ 1 チンゲンサイ 15 うすくちしょうゆ 5 こしょう 0.4 ごま油 0.5 でんぶん 1 スープベース(丸鶏) 10 水 100	たら 25 調理ワイン 0.2 たまねぎ 50 にんじん 10 じゃがいも 20 パセリ 1 いも◆ 10 綿実油 1 粉チーズ 15 生クリーム 4 小麦粉 3 バター 6 綿実油 3 牛乳 4 塩 40 ごしょう 0.7 こしょう 0.02 水 100	精白米 90 水 105 あさり◆ 15 酒 0.5 しょうが 0.7 こいくちしょうゆ 1 いも◆ 10 うすくちしょうゆ 1 塩 0.3 本みりん 2 だし昆布 0.5	米粉マカロニ 6 豚肉 15 調理ワイン 0.5 たまねぎ 30 にんじん 30 じゃがいも 30 キャベツ 20 パセリ 0.5 でんぶん 7 トマトピューレ 12 ケチャップ 10 とんかつソース 0.5 スープベース 2 オリーブオイル 0.8 塩 0.8 こしょう 0.03 水 120	卵◆ 40 豆腐 40 わかめ 25 にんじん 15 たまねぎ 2 にんじん 2 うすくちしょうゆ 5 塩 0.5 でんぶん 1 だし昆布 0.5 けずり節 2 水 130	大豆(乾燥) 10 わかめ(塩蔵) 5 にんじん 30 たまねぎ 15 酒 15 卵◆ 3 わかめ(塩蔵) 14 にんじん 3 いりこ(揚げ物) 3 酒 0.1 水 150	コッペパン 1個 黒砂糖 11.2 豆腐 15 酒 15 鶏肉 15 卵◆ 40 わかめ(塩蔵) 5 にんじん 10 たまねぎ 20 塩 0.3 水 150	豆腐(塩蔵) 40 わかめ(塩蔵) 11.2 にんじん 15 しめじ 8 かまぼこ 5 みつば 2 うすくちしょうゆ 5 本みりん 0.5 塩 0.3 ごしょう 0.2 こしょう 0.2 水 160	さば 8 ひじき(丸漬) 0.5 ひき(乾燥) 15 こいくちしょうゆ 1 にんじん 20 たまねぎ 1 うすくちしょうゆ 0.5 水 110	精白米 95 さば(丸漬) 20 ひき(乾燥) 7 こいくちしょうゆ 1 うすくちしょうゆ 4 本みりん 0.5 塩 0.2 水 110
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 キャベツのガーリックソテー 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 チリコンカール 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 酒 1 豆腐 150 たまねぎ 45 にんじん 25 干しいたけ 0.8 ねぎ 5 しょうが 1.5 砂糖 1 こいくちしょうゆ 3 みそ 7 本みりん 0.5 綿実油 1 でんぶん 1.5 トウバンジャン 0.6 塩 0.5 水 20	スパゲティ 50 さば(オイル漬) 25 調理ワイン 1 たまねぎ 45 にんじん 15 トマト(水煮) 15 にんにく 1 オリーブオイル 2 ケチャップ 15 トマトジュース 60 塩 0.4 酒 0.3 水 80	豚肉 15 酒 0.5 うす揚げ 5 つきこんやく 15 卵◆ 30 たまねぎ 20 にんじん 15 パセリ 1 たまねぎ 25 ねぎ 3 みそ 13 けずり節 3 酒 3 水 130	鶏肉 15 酒 0.5 はるさめ 4 卵◆ 40 たまねぎ 20 にんじん 15 わかめ(塩蔵) 1 うすくちしょうゆ 4 こしょう 0.02 でんぶん 1 けずり節 1 水 160	コッペパン 35 卵◆ 15 たまねぎ 25 にんじん 10 大豆(乾燥) 10 ピーマン 6 キャベツ 1 綿実油 1 にんじん 3 カレー粉 0.7 トマトピューレ 7 ウスターソース 1 とんかつソース 1 砂糖 0.3	あらめ 2.5 うすくちしょうゆ 0.1 みつば 4 たまねぎ 0.5 キャベツ 30 にんじん 19 酒 0.1 だし汁 2 砂糖 1 水 50	高野豆腐 9 卵◆ 15 たまねぎ 10 砂糖 2 うすくちしょうゆ 2.5 本みりん 0.5 だし汁 30 けずり節 3 酒 1 砂糖 1.5 こしょう 0.03 ごま油 0.5	コッペパン 1個 コーン油 10 きな粉 5.5 砂糖 5.5 塩 0.05 鶏肉 15 酒 0.5 キャベツ 25 たまねぎ 40 バター 20 チンゲンサイ 10 スープベース 4 ウスターソース 3 とんかつソース 0.2 こいくちしょうゆ 0.02 粉チーズ 3 デグリスソース 130	コッペパン 20 酒 0.5 調理ワイン 40 じゃがいも 50 たまねぎ 60 にんじん 10 プロック 10 トマト(水煮) 10 小麦粉 6 バター 6 塩 5 ウスターソース 5 とんかつソース 3 粉チーズ 2 デグリスソース 15 ごしょう 0.05 水 100	豚肉 25 酒 0.5 はるさめ 47 ねぎ 20 にんじん 10 わかめ(塩蔵) 3 たまねぎ 30 干しいたけ 15 ねぎ 2 うすくちしょうゆ 5 塩 0.2 こしょう 0.02 ごま油 0.3 けずり節 3 でんぶん 1 水 130	鶏肉 15 酒 0.5 にんにく 0.3 綿実油 0.6 塩(冷凍) 6 わかめ(塩蔵) 3 はるさめ 3 にんじん 15 えのきたけ 15 干しいたけ 15 ねぎ 2 うすくちしょうゆ 2 塩 0.2 こしょう 0.02 スープベース 10 水 150
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