

2024年(令和6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	コッペパン 牛乳 ◇八宝汁 ポークビーンズ	米飯 牛乳 チキンカレー はりはりサラダ	深川飯<除去食対応不可> 牛乳 味の味噌汁 切り干し大根の煮物	コッペパン 牛乳 たらのシチュー ビーンズサラダ	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	コッペパン 牛乳 米粉マカロニ 米粉マカロニの3ネストローネ きびなごのから揚げ スタップえんどうのフナー	米飯 牛乳 具汁 クレープイリチー いりこのつくに	米飯 牛乳 豆腐のすまし汁 酢豚 白菜の煮びたし	米飯 牛乳 ◇卵とわかめのスープ ガーリックポテト 甘夏みかん	黒糖パン 牛乳 ◇卵とわかめのスープ ガーリックポテト 甘夏みかん	さばとひじきのご飯 牛乳 ばち豆 五目汁	コッペパン 牛乳 春雨とレタスのスープ まぐろとじゃがいもの甘辛煮 ココアクリーム
材料名および使用量(g)	鶏肉 150 しょうが 1 鰹節 1 えび 10 酒 1 いか 20 たまねぎ 30 にんじん 15 はくさい 30 かしら 10 だし汁 0.8 しょうが 15 うすくちしょうゆ 0.4 塩 0.4 ごま油 0.5 でんぶ 1 スープベース(丸鶏) 10 水 100 豚肉 15 調理ワイン 0.5 大豆(乾燥) 13 たまねぎ 25 にんじん 15 鰹節 0.5 ケチャップ 5 トマトピューレ 5 ウスターソース 1 とんかつソース 0.5 砂糖 0.5 ごま油 0.2 水 5	鶏肉 25 しょうが 0.5 たまねぎ 20 にんじん 7 にんにく 0.5 いかに 10 しょうが 1 鰹節 1 小麦粉 15 綿実油 30 カレー粉 10 豆乳 0.8 トマトピューレ 15 ウスターソース 15 ごま油 0.4 りんご 0.5 がラムマサラ 0.1 塩 0.5 こしょう 0.05 スープベース(丸鶏) 15 水 75	精白米 90 酒 1.5 あさり 15 酒 0.5 しょうが 0.7 こいくちしょうゆ 10 ごぼう 1 うすくちしょうゆ 5 塩 0.3 本みりん 2 だし汁 0.5 ふ 3 うす揚げ 5 たまねぎ 35 にんじん 15 わかめ(塩蔵) 4 みそ 2 酒 14 けずり節 3 水 150	たら 25 調理ワイン 0.5 たまねぎ 50 にんじん 20 じゃがいも 45 パセリ 1 しめじ 10 でんぶ 1 豆腐 2 バター 4 綿実油 3 牛乳 40 キャベツ 20 たまねぎ 20 ピーマン 5 にんじん 0.8 きんときまめ(乾燥) 8 砂糖 0.3 酢 0.3 みそ 0.05 しょうが 0.1 ツナ(オイル漬け) 10 キャベツ 25 にんじん 5 塩 0.1 うすくちしょうゆ 1 酢 2 砂糖 0.5 ごま油 0.2	卵 40 豆腐 0.5 たまねぎ 50 にんじん 20 じゃがいも 45 みつば 1 パセリ 1 塩 10 でんぶ 1 うすくちしょうゆ 0.5 水 130 かつお 40 牛乳 1 キャベツ 20 たまねぎ 20 ピーマン 5 にんじん 0.8 ごま油 0.2 砂糖 0.3 酢 0.1 しょうが 0.1 こいくちしょうゆ 2 みそ 2 砂糖 0.5 本みりん 1 ごま 1	米粉マカロニ 6 豚肉 15 調理ワイン 0.5 たまねぎ 30 じゃがいも 30 キャベツ 20 パセリ 0.5 トマト(水煮) 7 トマトピューレ 10 ケチャップ 10 とんかつソース 0.5 バター 12 オリーブオイル 1 塩 0.8 こしょう 0.03 水 120 きびなご 40 酒 1 ごま油 0.1 ごしょう 0.03 でんぶ 4 コーン油 5 スタップえんどう 10 キャベツ 35 綿実油 0.5 ひじき(乾燥) 2 ごま油 0.2 本みりん 1 ごま 1	大豆(乾燥) 10 豆腐 40 わかめ(塩蔵) 15 にんじん 20 たまねぎ 20 かまぼこ 15 みそ 3 うすくちしょうゆ 5 いりこ(揚げ物用) 3 水 0.1 150 豚肉 15 角切り昆布 1 にんじん 15 切り干し大根 4 糸こんにゃく 15 砂糖 5 ごしょう 1 ごま油 0.3 いりこ(揚げ物用) 3 本みりん 3 ごしょう 1.5	豆腐 40 わかめ(塩蔵) 15 にんじん 20 たまねぎ 20 かまぼこ 15 みそ 3 うすくちしょうゆ 5 にんじん 10 たまねぎ 20 だし昆布 0.5 パスタ 2 水 150 豚肉 15 角切り昆布 1 にんじん 15 切り干し大根 4 糸こんにゃく 15 砂糖 5 ごしょう 1 ごま油 0.3 いりこ(揚げ物用) 3 本みりん 3 ごしょう 1.5	黒糖パン 1個 黒砂糖 11.2 卵 1 しょうが 0.5 酒 8 みそ 5 うすくちしょうゆ 2 わかめ(塩蔵) 5 にんじん 10 たまねぎ 20 はくさい 20 しめじ 10 チンゲンサイ 4 うすくちしょうゆ 4 塩 0.1 こしょう 0.02 でんぶ 1 けずり節 3 水 130 じゃがいも 70 鶏肉 0.3 豆腐 15 キャベツ 25 にんじん 0.7 オリーブオイル 0.5 うすくちしょうゆ 2 こしょう 0.02 甘夏みかん 1/4個	精白米 95 さば(オイル漬け) 20 ひじき(乾燥) 1 こいくちしょうゆ 1 レタス 20 本みりん 0.5 やし 1.4 うすくちしょうゆ 4 塩 0.2 ごしょう 0.02 けずり節 7 しょうが 7 にんじん 30 たまねぎ 20 干しいたけ 0.4 ごしょう 0.2 ごま油 3 でんぶ 4 コーン油 5 じゃがいも 70 鶏肉 0.3 豆腐 15 キャベツ 25 にんじん 0.7 オリーブオイル 0.5 うすくちしょうゆ 2 こしょう 0.02 大豆(乾燥) 10 にんじん 15 ごぼう 10 竹輪(煮込み用) 10 豚肉 15 酒 0.5 角切り昆布 0.7 コンスターチ 2 生クリーム 3 ワイン(白) 0.7 ココア 0.5	はるさめ 8 鶏肉 15 にんじん 15 レタス 20 本みりん 0.5 やし 1.4 うすくちしょうゆ 4 塩 0.2 ごしょう 0.01 でんぶ 5 コーン油 7 じゃがいも 40 鶏肉 15 豆腐 3 砂糖 5 ごしょう 3 本みりん 0.8 牛乳 27 砂糖 4 コンスターチ 2 生クリーム 3 ワイン(白) 0.7 ココア 0.5	
エネルギー/蛋白質	617kcal/29.9g	740kcal/21.7g	593kcal/21.3g	669kcal/24.0g	675kcal/28.2g	647kcal/25.0g	665kcal/22.9g	736kcal/22.7g	636kcal/25.1g	686kcal/26.6g	728kcal/25.7g	

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	米飯 牛乳 豚汁 明の花の煮つけ	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 ジュシーフルーツ	米飯 牛乳 豚汁 あらめのしらすあえ	コッペパン 牛乳 ◇卵スープ ドライカレー バインヨーグルト	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	米飯 牛乳 ハヤシシチュー ごまじゃこサラダ	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 ◇卵とわかめのスープ さばのチリム 大豆やしの炒めナムル	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	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
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 もやし 5 しょうが 1.5 砂糖 1 ごま油 3 みそ 7 本みりん 0.5 鰹節 1 綿実油 1 でんぶ 1.5 トウバンジャン 0.6 塩 0.5 水 20 さば(オイル漬け) 15 キャベツ 35 にんじん 10 ごま油 0.3 酢 0.5 砂糖 3 うすくちしょうゆ 1.5 すりごま 1.5	豚肉 15 酒 0.5 うす揚げ 5 つきこんにゃく 15 じゃがいも 30 にんじん 10 もやし 5 たまねぎ 25 ねぎ 3 けずり節 13 塩 3 ごしょう 0.5 水 130 おから(乾燥) 5 鶏肉 1 酒 0.5 にんじん 10 たまねぎ 3 干しいたけ 0.4 こいくちしょうゆ 0.3 砂糖 2 オリーブオイル 0.5 だし汁 45	スパゲティ 50 さば(オイル漬け) 25 調理ワイン 1 たまねぎ 45 にんじん 15 トマト(水煮) 15 わかめ(塩蔵) 1 オリーブオイル 15 ケチャップ 3 トマトピューレ 60 塩 4 ごしょう 0.3 水 80 鶏肉 20 調理ワイン 15 にんじん 15 キャベツ 35 にんにく 0.5 塩 0.1 ごしょう 0.03 うすくちしょうゆ 2 オリーブオイル 0.5 ジュシーフルーツ 1/4個	豚肉 30 酒 1 糸こんにゃく 30 じゃがいも 100 たまねぎ 50 にんじん 25 パセリ 25 オリーブオイル 10 塩 1 ごしょう 0.2 でんぶ 4 本みりん 3 けずり節 1 水 160 合いびきミンチ 35 調理ワイン 1 たまねぎ 25 にんじん 10 大豆(乾燥) 6 ピーマン 1 綿実油 1 塩 10 ごしょう 0.2 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	卵 15 酒 0.5 にんじん 4 たまねぎ 40 かまぼこ 20 えのきたけ 10 わかめ(塩蔵) 4 ねぎ 3 こいくちしょうゆ 0.5 うすくちしょうゆ 1 本みりん 0.5 塩 0.1 水 110 高野豆腐 9 卵 15 卵 15 たまねぎ 10 砂糖 2 うすくちしょうゆ 2.5 みりん 0.5 けずり節 3 水 110 合いびきミンチ 35 調理ワイン 9 卵 15 たまねぎ 10 砂糖 2 うすくちしょうゆ 2.5 みりん 0.5 けずり節 3 水 110 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 みりん 0.5 けずり節 3 水 110 ヨーグルト 60 バナナ(シロップ漬け) 15 砂糖 0.1	うどん(冷凍) 65 うす揚げ 5 にんじん 15 たまねぎ 30 かまぼこ 8 えのきたけ 10 わかめ(塩蔵) 4 ねぎ 3 こいくちしょうゆ 0.5 うすくちしょうゆ 1 本みりん 0.5 塩 0.1 水 110 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 みりん 0.5 けずり節 3 水 110 合いびきミンチ 35 調理ワイン 9 卵 15 たまねぎ 10 砂糖 2 うすくちしょうゆ 2.5 みりん 0.5 けずり節 3 水 110 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 みりん 0.5 けずり節 3 水 110 ヨーグルト 60 バナナ(シロップ漬け) 15 砂糖 0.1	豚肉 25 調理ワイン 0.5 きな粉 10 砂糖 5.5 塩 0.05 鶏肉 15 酒 0.5 キャベツ 25 たまねぎ 40 にんじん 20 チンゲンサイ 10 うすくちしょうゆ 4 塩 0.2 こしょう 0.02 水 3 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 にんじん 20 チンゲンサイ 10 うすくちしょうゆ 4 塩 0.2 こしょう 0.02 水 3 豚肉 20 酒 0.5 にんにく 60 砂糖 5 コショウ 1 しょうが 0.5 みりん 1 水 20 キャベツ 40 きゅうり 20 塩 0.1 しらすばし 5 綿実油 0.5 ごま 1 砂糖 0.3 ごしょう 0.03 酢 0.5 ごま油 0.5	豆腐 15 酒 0.5 にんにく 0.3 綿実油 0.3 きわめ(塩蔵) 6 わかめ(塩蔵) 3 にんじん 30 えのきたけ 15 ねぎ 2 うすくちしょうゆ 4 塩 0.2 こしょう 0.02 スープベース 10 水 150 さば 1切れ しょうが 0.6 しらす 0.2 にんにく 7 ごしょう 4 ごしょう 1 コショウ 1 酒 3 本みりん 20 水 20 大豆やしの 30 砂糖 0.2 ごしょう 10 にんにく 0.1 こいくちしょうゆ 0.3 砂糖 0.2 チリパウダー 0.3 水 5	卵 15 酒 0.5 しょうが 0.3 はくさい 20 にんじん 20 たまねぎ 20 もやし 10 干しいたけ 0.4 ねぎ 2 うすくちしょうゆ 4 塩 0.2 ごしょう 0.02 水 10 150 1切れ 0.6 0.2 7 4 1 1 3 20 30 0.2 10 10 0.1 0.3 0.3 0.5 1.5 1 1 40 5 1.5 5 35	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)	
エネルギー/蛋白質	754kcal/29.1g	636kcal/21.2g	745kcal/28.6g	684kcal/21.3g	717kcal/32.0g	662kcal/24.0g	734kcal/21.6g	703kcal/23.9g	680kcal/25.6g	666kcal/28.2g	市が物価高騰分を負担します

○…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のとなる食品) △…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 684kcal たんぱくしつ 25.2g