



5月予定献立表



志貴野中学校

	主食	献立名	牛乳	使用している食品					
				赤 体をつくるもの		緑 体の調子を整えるもの		黄 熱や力になるもの	
				1群	2群	3群	4群	5群	6群
				魚・肉・卵・豆類	乳・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他野菜・果物	穀類・芋・砂糖	油脂類
2月	揚げパン▲	粗挽きウィンナー(2) ピーフンソーテ■ ミネストローネ	○	きな粉 鶏肉 粗挽きウィンナー 大豆	牛乳▲ 脱脂粉乳▲	人参 トマト	きゃべつ 玉ねぎ しめじ	2/3コッペパン▲ グラニュー糖 砂糖 ピーフン ジャガ芋	油 ごま油■
3火	憲法記念日								
4水	みどりの日								
5木	こどもの日								
6金	ごはん	若鶏肉のごまみそかけ■ さくさくサラダ ワンドンスープ 干し椎茸	○	鶏肉 みそ 豚肉	牛乳▲	人参	きゃべつ 胡瓜 白菜 干し椎茸 ねぎ ブルーン	ごはん でんぷん 砂糖 ワンタン コーンフレーク	油 白ごま■
9月	1/2 コッペパン▲	高岡かぼちゃコロッケ ひじきサラダ■ ソフト麺のカレーソースかけ▲	○	かぼちゃコロッケ 豚肉 大豆	牛乳▲ 小芽ひじき	人参 ピーマン	白菜 生姜 玉ねぎ マッシュルーム	1/2コッペパン 砂糖 ソフト麺	白ごま■ 油 カレールウ▲
10火	ごはん	鯖の塩焼き 小松菜のひたし 野菜の旨煮 メロンゼリー	○	塩鯖 鶏肉 厚揚げ	牛乳▲ 結び昆布 うるめ削り	小松菜 人参	きゃべつ たけのこ	ごはん ジャガ芋 こんにゃく 砂糖 メロンゼリー	
11水	食パン▲	コーンのキッシュ●▲ フルーツ和え チョコビンスクリーム▲ きゃべつのスープ	○	卵● ベーコン 鶏肉	牛乳▲ 調理由牛乳▲	人参	コーン しめじ りんご パイン みかん パナナ きゃべつ 玉ねぎ しめじ	食パン ジャガ芋 チョコビンスクリーム▲	
12木	ごはん	豚肉のジャンロー 焼きポテト カシューナッツ■ わかたまスープ●■	○	豚肉 卵● 絹ごし豆腐	牛乳▲ 塩わかめ	人参	生姜 玉ねぎ	ごはん 砂糖 くし形ポテト でんぷん	ごま油■ カシューナッツ■
13金	麦ごはん	チキンカツ● 水菜の和えもの ハヤシライス	○	牛肉 ささみ 卵●	牛乳▲	人参 水菜	にんにく 玉ねぎ しめじ 胡瓜 コーン	ごはん ジャガ芋 砂糖 小麦粉 パン粉	油 ハヤシルウ
16月	ごはん	豆腐ハンバーグ和風あんかけ ゆかり和え 豚汁	○	豆腐ハンバーグ 豚肉 みそ	牛乳▲	人参	きゃべつ 胡瓜 大根 ねぎ しそ(ゆかり)	ごはん 砂糖 でんぷん さつま芋 こんにゃく	
17火	ごはん	ししゃもの石垣揚げ●■ 中華風大豆の旨煮■ きゃべつのみそ汁 冷凍みかん	○	ししゃも 卵● 豚肉 大豆 油揚げ みそ	牛乳▲ 煮干し	にら 人参	生姜 玉ねぎ たけのこ しめじ 干し椎茸 きゃべつ 冷凍みかん	ごはん 小麦粉 砂糖	白ごま■ 黒ごま■ ごま油■ 油
18水	2/3 コッペパン▲	卵のベーコン巻き●▲ 胡瓜のサラダ スープバゲット▲	○	卵のベーコン巻き●▲ ベーコン	牛乳▲ 調理由牛乳▲	人参	きゃべつ 胡瓜 玉ねぎ コーン マッシュルーム	2/3コッペパン 砂糖 スバゲッティ 小麦粉	油 マーガリン▲
19木	ごはん 食19#	高岡野菜のグリーン丼●●● かにシューマイ(2)●●● 豆腐のすまし汁 ブルーベリーゼリー	○	豚肉 絹ごし豆腐 かにシューマイ●●	牛乳▲ 塩わかめ 花かつお だし昆布	ほうれん草	にんにく 生姜 玉ねぎ 椎茸 ねぎ	ごはん しらたき 砂糖 でんぷん 手巻 ブルーベリーゼリー	ごま油■
20金	ごはん	えびのチリソース煮◆ ポイル野菜 坦々春雨スープ■	○	むきえび◆ 豚肉 みそ	牛乳▲	人参 青梗菜	生姜 にんにく 玉ねぎ コーン 干し椎茸 たけのこ ねぎ	ごはん でんぷん 砂糖 ジャガ芋 春雨	油 ごま油■ 白ねりごま■
23月	米粉入り パン▲	鶏肉と芋のねぎソースがらめ■ ドレッシングサラダ フルーツボンチ ミックスナッツ■	○	鶏肉	牛乳▲		生姜 ねぎ きゃべつ 胡瓜 パイン みかん りんご パナナ	米粉入りパン ジャガ芋 でんぷん 砂糖 サイダー 寒天缶 カクテルゼリー	油 ごま油■ 青じそドレッシング ミックスナッツ■
24火	ごはん	鮭の塩焼き ほうれん草のごまみそ和え■ すき焼き煮 納豆	○	鮭 みそ 牛肉 焼き豆腐 納豆	牛乳▲	ほうれん草 人参	きゃべつ しめじ ねぎ	ごはん ジャガ芋 砂糖 こんにゃく すき焼き煮	黒ごま■
25水	食パン▲	ココア豆▲ グリーンサラダ 卵とコーンのスープ●	○	大豆 高野豆腐 卵●	牛乳▲ 脱脂粉乳▲ 塩わかめ	アスパラガス	胡瓜 きゃべつ コーン 玉ねぎ	食パン でんぷん ミルクココア 砂糖	油
26木	ひじき ごはん	ふくらぎのごまだれかけ■ 小松菜と切干大根の浸し 豆腐のみそ汁	○	油揚げ 大豆 ふくらぎ みそ 絹ごし豆腐	牛乳▲ 小芽ひじき 煮干し	小松菜 人参 にら	きゃべつ 干し椎茸 ねぎ 切干大根	醤油飯 砂糖	白ごま■
27金	市民体育大会								
30月	ごはん	高岡流お好み焼き「ととまる」 荻わかめの金平■ じゃが芋みそ汁	○	ととまる ベーコン みそ じゃが芋みそ汁	牛乳▲ 荻わかめ うるめ削り	人参	玉ねぎ しめじ ねぎ	ごはん こんにゃく 砂糖 ジャガ芋 おつゆ麩	油 白ごま■
31火	ごはん	白エビの宝石揚げ● ほうれん草のひたし■ けんちん汁	○	平田えび 大豆 高野豆腐 鶏肉 木綿豆腐	牛乳▲ 青のり粉 うるめ削り	ほうれん草 人参	きゃべつ ごぼう 大根	ごはん でんぷん 砂糖 こんにゃく	油 白ごま■

☆次の食品が含まれる場合、献立の横に印を付けましたので参考にしてください。

●卵、○牛乳、▲種実類、■えび、◆かに、◇そば、▽

※ 特別な配慮が必要な方は「加工食品原材料表」「給食日誌」をお渡ししますのでご確認ください。