

月	火	水	木	金
<p>1日</p> <p>ロールパン★(小) 豚肉のトマトクリーム パスタ(乳)(小) ジュリエヌスープ フルーツポンチ 牛乳★(乳)</p> <p>859kcal 32.9g</p>	<p>2日</p> <p>端午の節句の行事食 たけのこごはん (しょうゆごはん) めかじきのから揚げ 豆腐のすまし汁 かしわもち 牛乳★(乳)</p> <p>879kcal 36.9g</p>	<p>※給食休止日が学校ごとに異なりますので、ご注意ください、学校からの配布物などをご確認ください。</p>	<p>学校給食レシピとレシピ動画を公開中!</p> <p>*がついた料理はレシピやレシピ動画を紹介しています。『川崎市 学校給食レシピ』又は『川崎市 学校給食レシピ動画』で検索してください。</p>  <p>▲詳細はこちら</p>	
<p>8日</p> <p>麦ごはん ホキフライ(小) 中濃ソース きんぴらごぼう 彩りコンソメスープ 牛乳★(乳)</p> <p>845kcal 31.6g</p>	<p>9日</p> <p>肉丼 (麦ごはん) 豆腐のみそ汁 冷凍みかん 牛乳★(乳)</p> <p>852kcal 34.8g</p>	<p>10日</p> <p>麦ごはん チキンカレー(小) じゃこきゅうり 牛乳★(乳)</p> <p>793kcal 32.2g</p>	<p>11日</p> <p>麦ごはん ちくわの磯辺揚げ(小) 韓国風肉じゃが* 野菜スープ 牛乳★(乳)</p> <p>845kcal 33.7g</p>	<p>12日</p> <p>中華丼(卵) (麦ごはん) ピリ辛わかめスープ ヨーグルト★(乳) 牛乳★(乳)</p> <p>832kcal 35.1g</p>
<p>15日</p> <p>麦ごはん とり肉の揚げあえ 春雨の塩炒め たぬき汁 牛乳★(乳)</p> <p>849kcal 36.3g</p>	<p>16日</p> <p>給食休止日</p>	<p>17日</p> <p>ごはん ハンバーグ(小) ポイル野菜 和風ドレッシング 白いんげん豆の ポタージュ(乳)(小) 牛乳★(乳)</p> <p>896kcal 36.8g</p>	<p>18日</p> <p>麦ごはん あじの香味ソース 切り干し大根の炒め煮 春雨スープ 牛乳★(乳)</p> <p>752kcal 33.1g</p>	<p>19日</p> <p>麦ごはん 生揚げの四川煮 塩だれ野菜 中華スープ 牛乳★(乳)</p> <p>752kcal 32.3g</p>
<p>22日</p> <p>ごはん チキンカツ(小) 中濃ソース じゃが芋と豆のサラダ ミネストローネ 牛乳★(乳)</p> <p>861kcal 30.6g</p>	<p>23日</p> <p>高野豆腐のそぼろごはん* (麦ごはん) ひじきのサラダ* じゃが芋のみそ汁 牛乳★(乳)</p> <p>763kcal 31.4g</p>	<p>24日</p> <p>ごはん さばの塩焼き もやしとうま煮 けんちん汁* 牛乳★(乳)</p> <p>827kcal 34.7g</p>	<p>25日</p> <p>麦ごはん ドライカレー ベジタブルスープ いちごヨーグルト★(乳) 牛乳★(乳)</p> <p>874kcal 39.8g</p>	<p>26日</p> <p>ビビンバ (麦ごはん) 肉団子中華スープ* 牛乳★(乳)</p> <p>781kcal 33.6g</p>
<p>29日</p> <p>ごはん 焼きのり とり肉のしょうが煮 にんじんしりしり* キャベツのみそ汁 牛乳★(乳)</p> <p>797kcal 39.6g</p>	<p>30日</p> <p>麦ごはん パオズ(小) ホイコーロー にらと豆腐のスープ 牛乳★(乳)</p> <p>780kcal 35.3g</p>	<p>31日</p> <p>麦ごはん いかにカレー揚げ もやし炒め 豚汁 牛乳★(乳)</p> <p>808kcal 36.2g</p>	<p>学校給食費の口座振替日(納期限)</p> <p>【第1期】(4・5月分) 6月30日(金)</p> <p>※前日までに登録口座に入金・残高のご確認をしていただきますようお願いいたします。</p> 	

※県内産の食材は、米(他県産とのブレンド)、牛乳です。キャベツ、小松菜は、県内を含む複数の産地より調達します。

※市内産の野菜 17日 ポイル野菜「キャベツ」
22日 ミネストローネ「トマト」
(天候の影響により、県内産、市内産食材を使用できない場合があります。)

※★のついているものは、学校に直接配送されます。

※枠内下部の数字は、エネルギー(kcal)とたんぱく質(g)を表示しています。

「かわさきぞだち」のPRキャラクター「菜葉ちゃん」
©T.nakamoto

給食での食物アレルギー情報について

「卵、乳、小麦」を使用している献立に以下の表示(卵)(乳)(小麦)を記載しています。このうち、除去できるものについては除去食対応をします。


卵 牛乳 小麦

※表示義務のある8品目(卵、乳、小麦、えび、かに、落花生、そば、くるみ)のうち、えび、かに、落花生、そば、くるみの5品目は給食では使用しません。

食物アレルギーの情報や給食で使用する食材の情報については、HPに掲載しています。

※給食の食材の産地、放射能検査結果、学校給食レシピもご覧いただけます。

▲詳細はこちら



令和5年 5月分献立表(詳細版)

川崎市中部学校給食センター C献立

※給食休止日が学校ごとに異なりますのでご注意ください、学校からの配布物等でご確認いただくようお願いいたします。

1日(月)	2日(火)	3日(水)	憲法記念日	4日(木)	みどりの日	5日(金)	こどもの日
ロールパン 豚肉のトマトクリームパスタ ジュリエンスープ フルーツポンチ 牛乳 (乳) (小)	たけのこごはん(しょうゆごはん) めかじきのから揚げ 豆腐のすまし汁 かしわもち 牛乳 (乳)						
●ロールパン ロールパン 60 水 35 キャベツ 1.3 スープの素 0.4 しょうゆ 0.7 塩 0.7 ごしょう 0.04 にんにく 0.7 エリンギ(冷) 12 豚肉(もも) 24 豚肉(肩) 24 たまねぎ 24 にんじん 17 チーズ 6 トマト水煮 24 トマトケチャップ 3 塩 0.8 ごしょう 0.05 水 2.4 油 2.4 小麦粉 48 調理用牛乳 24 ペンネマカロニ 24 ゆで塩 3.6 生クリーム 3.6 ●ジュリエンスープ 油 0.6 ベーコン 5 セロリ 1 にんじん 15 たまねぎ 25 エネルギー 859 kcal たんぱく質 32.9 g	●しょうゆごはん 豆腐(冷) 35 精白米 0.6 片栗粉 8 しょうゆ 5 ほうれん草(冷) 5 ●たけのこごはんの具 水 12 酒 0.72 砂糖 2.4 塩 0.12 しょうゆ 5.4 とり肉(皮なし) 12 たけのこ(水煮) 30 にんじん 18 油揚げ(冷) 12 さやいんげん(冷) 5 ●めかじきのから揚げ 揚げ油 3.5 めかじき(角・澱粉付) 70 ●豆腐のすまし汁 水 0.6 こんぶ 6 厚けずり節 2 かんぴょう 10 にんじん 0.8 塩 1.5 しょうゆ 8 なた 4 糸かまぼこ 4 エネルギー 879 kcal たんぱく質 36.9 g						
	端午の節句の 行事食			※ごはんは精白米、パンは 小麦粉の量で示しています。 ※飲用牛乳は200ccです。			
8日(月) 麦ごはん ホキフライ 中濃ソース きんぴらごぼう 彩りコンソメスープ 牛乳 (乳) (小)	9日(火) 肉井(麦ごはん) 豆腐のみそ汁 冷凍みかん 牛乳 (乳)	10日(水) 麦ごはん チキンカレー じゃこきゅうり 牛乳 (乳) (小)	11日(木) 麦ごはん ちくわの磯辺揚げ 韓国風肉じゃが 野菜スープ 牛乳 (乳) (小)	12日(金) 中華丼(麦ごはん) ピリ辛わかめスープ ヨーグルト 牛乳 (卵) (乳)			
●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8 ●ホキフライ 揚げ油 9.1 ホキフライ 70 ●中濃ソース 中濃ソース(袋) 8 ●きんぴらごぼう 油 0.5 豚肉(もも) 8 豚肉(肩) 8 ごぼう 22 こんにやく 12 にんじん 17 砂糖 1.3 しょうゆ 3.2 みりん 1.3 一味唐辛子 0.01 白いりごま 0.8 ごま油 0.2 ●彩りコンソメスープ 油 0.65 とり肉(皮なし) 20 水 20 にんじん 15 エネルギー 845 kcal たんぱく質 31.6 g	●麦ごはん 精白米 102 米粒麦 8 ●肉井 油 1.2 豚肉(もも) 35 豚肉(肩) 35 しょうが 1 にんにく 0.4 酒 0.6 こんにやく 40 ごぼう 10 にんじん 15 たまねぎ 54 砂糖 3 しょうゆ 8.7 片栗粉 2 さやいんげん(冷) 5 ●豆腐のみそ汁 水 0.6 こんぶ 6 厚けずり節 30 たまねぎ 40 豆腐(冷) 7 油揚げ(冷) 5 赤みそ 5 白みそ 5 わかめ(冷) 5 エネルギー 852 kcal たんぱく質 34.8 g	●麦ごはん 精白米 102 米粒麦 8 ●チキンカレー 油 0.7 にんにく 0.6 しょうが 0.3 たまねぎ 47 とり肉(皮つき) 35 とり肉(皮なし) 35 白ワイン 1.5 炒めたまねぎ(冷) 14 にんじん 32 水 3 じゃが芋 50 トマト水煮 12 カラメルソース 2 小麦粉 6.5 カレー粉 1 塩 1.4 ごしょう 0.03 しょうゆ 2 ウスターソース 4 ●じゃこきゅうり(じゃこ) ごま油 0.3 しらす干し 3 ●じゃこきゅうり(きゅうり) エネルギー 793 kcal たんぱく質 32.2 g	●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8 ●ちくわの磯辺揚げ 揚げ油 6.5 焼きちくわ 50 小麦粉 5 あおさ 0.3 ●韓国風肉じゃが 油 0.5 豚肉(もも) 18 豚肉(肩) 18 こんにやく 18 にんじん 14 たまねぎ 23 水 3 じゃが芋 45 酒 0.4 砂糖 1.8 しょうゆ 5 にんにく 0.18 コチジャン 1.2 ごま油 0.5 長ねぎ 3 白いりごま 1.8 ●野菜スープ エネルギー 845 kcal たんぱく質 33.7 g	●麦ごはん 精白米 97 米粒麦 8 ●中華丼 油 0.6 豚肉(もも) 22 豚肉(肩) 22 ごしょう 22 がらスープ 1.3 しょうゆ 1.3 片栗粉 1.3 にとら 5 キャベツ 65 塩 1.2 砂糖 0.65 がらスープ 0.3 オイスターソース 0.3 しょうゆ 1.7 なた 6 片栗粉 2.6 うずら卵(水煮) 20 ごま油 0.6 ●ピリ辛わかめスープ 油 0.6 にんにく 0.6 とり肉(皮なし) 20 にんじん 10 水 6 もやし 20 塩 0.9 エネルギー 832 kcal たんぱく質 35.1 g			

15日(月)	麦ごはん とり肉の揚げあえ 春雨の塩炒め たまねぎ 牛乳	16日(火)	給食休止日	17日(水)	ごはん ハンバーグ ポイル野菜 和風ドレッシング 白いんげん豆のポターージュ 牛乳	18日(木)	麦ごはん あじの香味ソース 切り干し大根の炒め煮 春雨スープ 牛乳	19日(金)	麦ごはん 生揚げの四川煮 塩だれ野菜 中華スープ 牛乳
●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8	こしょう 0.01 しょうゆ 0.3 もやし 20 チンゲン菜 5 春雨 5 ごま油 0.2	●たまねぎ汁 ごま油 0.65 ごぼう 15 こんにゃく 30 にんじん 16 水 0.3 ごんぶ 0.6 厚けずり節 6 酒 1 みりん 2 砂糖 1.8 しょうゆ 3 酢 3.8		●ごはん 精白米 100	白いんげん豆ペースト(冷) 40 調理用牛乳 60 油 2.4 小麦粉 3	●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8	水 0.6 ごんぶ 4 厚けずり節 10 豚肉(もも) 10 豚肉(肩) 10 たまねぎ 1 にんじん 0.02 しょうゆ 1.2 春雨 5 片栗粉 0.6 チンゲン菜 5	●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8	とり肉(皮なし) 22 たけのこ(水煮) 15 にんじん 10 たまねぎ 30 塩 1.1 こしょう 0.6 がらスープ 1.3 しょうゆ 1.3 片栗粉 1.2 チンゲン菜 5 ごま油 0.6
●とり肉の揚げあえ 揚げ油 4 とり肉(皮つき) 40 とり肉(皮なし) 40 しょうゆ 1 酒 2 しょうが 0.3 片栗粉 14.4 油 0.3 たまねぎ 15 水 3 酒 1 みりん 2 砂糖 1.8 しょうゆ 3 酢 3.8	●たまねぎ汁 ごま油 0.65 ごぼう 15 こんにゃく 30 にんじん 16 水 0.3 ごんぶ 0.6 厚けずり節 6 酒 1 みりん 2 砂糖 1.8 しょうゆ 3 酢 3.8		●ハンバーグ ハンバーグ 80 炒めたまねぎ(冷) 7.5 水 5 デミグラスソース 7 トマトケチャップ 1.5 ウスターソース 1.5	●ポイル野菜 もやし 18 キャベツ(市内産) 29 にんじん 8 ゆで塩	●あじの香味ソース 揚げ油 3 塩あじ(切り身・濃粉付) 60 油 0.1 にんにく 0.36 しょうが 0.9 水 3.6 砂糖 1.8 みりん 0.45 しょうゆ 3 豆板醤 0.04 酢 0.6 ごま油 0.22	●切り干し大根の炒め煮 油 0.5 とり肉(皮なし) 7 にんじん 10 切り干し大根 4.5 油揚げ(冷) 7 水 3 砂糖 1.3 しょうゆ 3.2 さやいんげん(冷) 5	●生揚げの四川煮 油 25 にんにく 10 しょうが 1 豆板醤 0.4 豚ひき肉(もも) 32 砂糖 1 しょうゆ 2.5 トマトケチャップ 12 水 12 赤みそ 3 生揚げ(冷) 60 長ねぎ 15 片栗粉 1.5	●塩だれ野菜 にんじん 10 もやし 25 キャベツ 25 ゆで塩 0.8 ごま油 1.2 白いりごま 0.36	●中華スープ 水 752
●春雨の塩炒め 油 0.5 豚肉(もも) 10 豚肉(肩) 10 酒 0.3 干しいたけ 0.1 たまねぎ 15 にんじん 5 塩 0.5	●たまねぎ汁 ごま油 0.65 ごぼう 15 こんにゃく 30 にんじん 16 水 0.3 ごんぶ 0.6 厚けずり節 6 酒 1 みりん 2 砂糖 1.8 しょうゆ 3 酢 3.8		●和風ドレッシング 和風ドレッシング(袋) 8.8	●白いんげん豆のポターージュ 油 0.6 ベーコン 2.4 とり肉(皮なし) 24 たまねぎ 30 にんじん 12 塩 1 こしょう 0.04 水 25 じゃが芋	●春雨スープ エネルギー 752 kcal たんぱく質 33.1 g	●春雨スープ エネルギー 752 kcal たんぱく質 32.3 g	●中華スープ エネルギー 752 kcal たんぱく質 32.3 g	●中華スープ エネルギー 752 kcal たんぱく質 32.3 g	●中華スープ エネルギー 752 kcal たんぱく質 32.3 g
エネルギー 849 kcal たんぱく質 36.3 g	エネルギー 849 kcal たんぱく質 36.3 g		エネルギー 898 kcal たんぱく質 36.8 g	エネルギー 898 kcal たんぱく質 36.8 g	エネルギー 752 kcal たんぱく質 33.1 g	エネルギー 752 kcal たんぱく質 32.3 g	エネルギー 752 kcal たんぱく質 32.3 g	エネルギー 752 kcal たんぱく質 32.3 g	エネルギー 752 kcal たんぱく質 32.3 g
22日(月)	ごはん チキンカツ 中濃ソース じゃが芋と豆のサラダ ミネストローネ 牛乳	23日(火)	高野豆腐のそぼろごはん(麦ごはん) ひじきのサラダ じゃが芋のみそ汁 牛乳	24日(水)	ごはん さばの塩焼き もやしのうま煮 けんちん汁 牛乳	25日(木)	麦ごはん ドライカレー ベジタブルスープ いちごヨーグルト 牛乳	26日(金)	ピピンバ(麦ごはん) 肉団子中華スープ 牛乳
●ごはん 精白米 100	にんじん 15 塩 0.9 こしょう 0.04 水 0.6 スープの素 0.6 キャベツ 25 トマト(市内産) 26 トマト水煮 4 トマトケチャップ 2.5	●麦ごはん 精白米 97 米粒麦 8 高野豆腐のそぼろごはん 油 0.6 しょうが 0.65 豚ひき肉(もも) 45 にんじん 20 みりん 1.3 砂糖 2.3 しょうゆ 3.5 しょうゆ 7.7 凍り豆腐 6.5	●ひじきのサラダ ひじき 0.8 にんじん 10 キャベツ 30 むきえだ豆(冷) 10 ゆで塩 1.7 酢 0.7 砂糖 3 しょうゆ 0.7 油 0.4 白いりごま 0.4	●ごはん 精白米 100	長ねぎ 10	●麦ごはん 精白米 97 米粒麦 8	スープの素 1.2 じゃが芋 35 片栗粉 0.6 さやいんげん(冷) 5	●ピピンバ(肉) 油 0.6 にんにく 0.2 豚肉(もも) 30 豚肉(肩) 30 酒 1.3 しょうゆ 1.3 切り干し大根 4 たけのこ(水煮・細切) 20 砂糖 2.2 しょうゆ 4.4 片栗粉 0.6	●ピピンバ(野菜) もやし 35 にんじん 15 ほうれん草(冷) 10 ゆで塩 1 ごま油 0.1 にんにく 0.1 塩 0.45 みりん 0.1 白いりごま 0.7 白すりごま 0.7
●チキンカツ 揚げ油 9.1 チキンカツ 70	●高野豆腐のそぼろごはん 油 0.6 しょうが 0.65 豚ひき肉(もも) 45 にんじん 20 みりん 1.3 砂糖 2.3 しょうゆ 3.5 しょうゆ 7.7 凍り豆腐 6.5	●高野豆腐のそぼろごはん 油 0.6 しょうが 0.65 豚ひき肉(もも) 45 にんじん 20 みりん 1.3 砂糖 2.3 しょうゆ 3.5 しょうゆ 7.7 凍り豆腐 6.5	●さばの塩焼き 塩さば(切り身) 60	●ドライカレー 油 1.3 豚ひき肉(もも) 45 赤ワイン 2.6 たまねぎ 70 にんじん 38 トマト水煮 10 砂糖 0.5 塩 1.1 ウスターソース 3.5 しょうゆ 2.5 カレー粉 1 ゆで大豆 10 大豆ミート(小粒) 8 片栗粉 1.4 ピーマン 5	●ベジタブルスープ 油 0.6 ベーコン 2 とり肉(皮なし) 20 たまねぎ 25 にんじん 15 水 0.8 豆腐(冷) 0.02 こしょう 0.02	●いちごヨーグルト いちごヨーグルト 100	●肉団子中華スープ エネルギー 781 kcal たんぱく質 33.6 g	●肉団子中華スープ エネルギー 781 kcal たんぱく質 33.6 g	
●中濃ソース 中濃ソース(袋) 8	●高野豆腐のそぼろごはん 油 0.6 しょうが 0.65 豚ひき肉(もも) 45 にんじん 20 みりん 1.3 砂糖 2.3 しょうゆ 3.5 しょうゆ 7.7 凍り豆腐 6.5	●高野豆腐のそぼろごはん 油 0.6 しょうが 0.65 豚ひき肉(もも) 45 にんじん 20 みりん 1.3 砂糖 2.3 しょうゆ 3.5 しょうゆ 7.7 凍り豆腐 6.5	●もやしのうま煮 油 0.5 しょうが 0.13 豚肉(もも) 7 砂糖 1 しょうゆ 3.5 にんじん 7 もやし 58 片栗粉 0.8 にら 4	●けんちん汁 油 0.5 とり肉(皮なし) 25 ごぼう 15 にんじん 15 こんにゃく 20 水 0.6 ごんぶ 4 厚けずり節 25 じゃが芋 0.5 塩 36 しょうゆ 3.6	●ベジタブルスープ 油 0.6 ベーコン 2 とり肉(皮なし) 20 たまねぎ 25 にんじん 15 水 0.8 豆腐(冷) 0.02 こしょう 0.02	●いちごヨーグルト いちごヨーグルト 100	●肉団子中華スープ エネルギー 781 kcal たんぱく質 33.6 g	●肉団子中華スープ エネルギー 781 kcal たんぱく質 33.6 g	
●じゃが芋と豆のサラダ じゃが芋 25 きゅうり 8 たまねぎ 10 ゆで塩 10 まぐろフレーク 10 ミックスビーンズ 10 酢 0.9 砂糖 0.2 塩 0.27 こしょう 0.01 ドレッシング 5 (マヨネーズタイプ卵不使用)	●高野豆腐のそぼろごはん 油 0.6 しょうが 0.65 豚ひき肉(もも) 45 にんじん 20 みりん 1.3 砂糖 2.3 しょうゆ 3.5 しょうゆ 7.7 凍り豆腐 6.5	●高野豆腐のそぼろごはん 油 0.6 しょうが 0.65 豚ひき肉(もも) 45 にんじん 20 みりん 1.3 砂糖 2.3 しょうゆ 3.5 しょうゆ 7.7 凍り豆腐 6.5	●けんちん汁 油 0.5 とり肉(皮なし) 25 ごぼう 15 にんじん 15 こんにゃく 20 水 0.6 ごんぶ 4 厚けずり節 25 じゃが芋 0.5 塩 36 しょうゆ 3.6	●けんちん汁 油 0.5 とり肉(皮なし) 25 ごぼう 15 にんじん 15 こんにゃく 20 水 0.6 ごんぶ 4 厚けずり節 25 じゃが芋 0.5 塩 36 しょうゆ 3.6	●ベジタブルスープ 油 0.6 ベーコン 2 とり肉(皮なし) 20 たまねぎ 25 にんじん 15 水 0.8 豆腐(冷) 0.02 こしょう 0.02	●いちごヨーグルト いちごヨーグルト 100	●肉団子中華スープ エネルギー 781 kcal たんぱく質 33.6 g	●肉団子中華スープ エネルギー 781 kcal たんぱく質 33.6 g	
●ミネストローネ 油 0.6 にんにく 0.36 セロリ 1.5 ベーコン 4.5 たまねぎ 35	●高野豆腐のそぼろごはん 油 0.6 しょうが 0.65 豚ひき肉(もも) 45 にんじん 20 みりん 1.3 砂糖 2.3 しょうゆ 3.5 しょうゆ 7.7 凍り豆腐 6.5	●高野豆腐のそぼろごはん 油 0.6 しょうが 0.65 豚ひき肉(もも) 45 にんじん 20 みりん 1.3 砂糖 2.3 しょうゆ 3.5 しょうゆ 7.7 凍り豆腐 6.5	●けんちん汁 油 0.5 とり肉(皮なし) 25 ごぼう 15 にんじん 15 こんにゃく 20 水 0.6 ごんぶ 4 厚けずり節 25 じゃが芋 0.5 塩 36 しょうゆ 3.6	●けんちん汁 油 0.5 とり肉(皮なし) 25 ごぼう 15 にんじん 15 こんにゃく 20 水 0.6 ごんぶ 4 厚けずり節 25 じゃが芋 0.5 塩 36 しょうゆ 3.6	●ベジタブルスープ 油 0.6 ベーコン 2 とり肉(皮なし) 20 たまねぎ 25 にんじん 15 水 0.8 豆腐(冷) 0.02 こしょう 0.02	●いちごヨーグルト いちごヨーグルト 100	●肉団子中華スープ エネルギー 781 kcal たんぱく質 33.6 g	●肉団子中華スープ エネルギー 781 kcal たんぱく質 33.6 g	
エネルギー 861 kcal たんぱく質 30.6 g	エネルギー 861 kcal たんぱく質 30.6 g	エネルギー 763 kcal たんぱく質 31.4 g	エネルギー 827 kcal たんぱく質 34.7 g	エネルギー 827 kcal たんぱく質 34.7 g	エネルギー 874 kcal たんぱく質 39.8 g	エネルギー 874 kcal たんぱく質 39.8 g	エネルギー 781 kcal たんぱく質 33.6 g	エネルギー 781 kcal たんぱく質 33.6 g	

29日(月)	ごはん 焼きのり にんじんしりしり 牛乳	とり肉のしょうが煮 キャベツのみそ汁	30日(火)	麦ごはん パオズ にらと豆腐のスープ	ホイコーロー 牛乳	31日(水)	麦ごはん 豚汁	いかのカレー揚げ 牛乳	もやし炒め
● ごはん 精白米 100	キャベツ 45 油揚げ(冷) 8 えのきたけ(冷) 5 赤みそ 5 白みそ 5 小松菜 5	● 麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8 たまねぎ 20 塩 0.8 ごしよ 0.02 がらスープ 1.3 しょうゆ 2.4 豆腐(冷) 40 片栗粉 1.2 にら 12 ごま油 0.6	● 麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8 たまねぎ 20 塩 0.8 ごしよ 0.02 がらスープ 1.3 しょうゆ 2.4 豆腐(冷) 40 片栗粉 1.2 にら 12 ごま油 0.6	● パオズ パオズ 50	● ホイコーロー 油 1 にんにく 0.2 しょうが 0.3 豚肉(もも) 22.5 豚肉(肩) 22.5 酒 1 長ねぎ 10 キャベツ 60 ゆで塩 0.1 しょうゆ 3 テンメンジャン 3 砂糖 1.4 オイスターソース 0.5 ごま油 0.6 豆板醤 0.2 片栗粉 2 ピーマン 5	● 麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8 油 0.6 豚肉(もも) 12.5 豚肉(肩) 12.5 ごぼう 15 にんじん 15 こんにやく 10 水 15 大根 15 じゃが芋 25 豆腐(冷) 30 赤みそ 5.5 白みそ 5.5 長ねぎ 10	● いかのカレー揚げ 揚げ油 3.5 いか 70 酒 0.85 塩 0.15 片栗粉 10.8 水 7 酒 1.5 みりん 1.3 砂糖 1.3 しょうゆ 3 カレー粉 0.3	● もやし炒め 油 0.5 ベーコン 3.6 たまねぎ 12 にんじん 6 もやし 50 ゆで塩 0.4 ごしよ 0.02 しょうゆ 0.6 片栗粉 0.5	● もやし炒め 油 0.6 豚肉(もも) 12.5 豚肉(肩) 12.5 ごぼう 15 にんじん 15 こんにやく 10 水 15 大根 15 じゃが芋 25 豆腐(冷) 30 赤みそ 5.5 白みそ 5.5 長ねぎ 10
● 焼きのり 焼きのり(袋)(1/8切5枚) 1.25									
● とり肉のしょうが煮 とり肉(皮なし) 80 水 1 酒 3.6 砂糖 5.4 しょうが 0.9 たまねぎ 30 片栗粉 1.8 むきえだ豆(冷) 5									
● にんじんしりしり まぐろフレーク 22 にんじん 40 砂糖 0.8 塩 0.2 しょうゆ 1 白いりごま 1.4									
● キャベツのみそ汁 水 0.6 こんぶ 6 厚けずり節 20 たまねぎ 20									
エネルギー 797 kcal	たんぱく質 39.6 g		エネルギー 780 kcal	たんぱく質 35.3 g		エネルギー 808 kcal	たんぱく質 36.2 g		

【令和5年5月】
アレルギーの原因物質を含む加工食品の表示について

献立名	加工食品名	アレルギーの原因物質		
		卵	乳	小麦
ホキフライ	ホキフライ		○	
パオズ	パオズ			○
いちごヨーグルト	いちごヨーグルト		○	
ロールパン	ロールパン			○
豚肉のトマトクリームパスタ	ペンネマカロニ			○
ハンバーグ	ハンバーグ			○
	デミグラスソース			○
チキンカツ	チキンカツ			○
ヨーグルト	ヨーグルト	○		

※上記のアレルギー原因物質以外に給食で使用する食品の中で、いか、ごま、さば、大豆、とり肉、豚肉、オレンジ、もも、りんご、ゼラチンもアレルギーの原因となることがあります。
※調味料(しょうゆ、酢、みそ)に含まれるアレルギー物質は、除去の対象とはしません。
※えび、かに、落花生、そば、くるみは使用しません。

※除去する必要のない調味料・だし・添加物等
(文部科学省 学校給食における食物アレルギー対応指針より)
鶏卵：卵殻カルシウム
牛乳：乳糖・乳清焼成カルシウム
小麦：しょうゆ・酢・みそ
大豆：大豆油・しょうゆ・みそ
ごま：ごま油
魚類：かつおだし・いりこだし・魚しょう
肉類：エキス