



令和6年5月分 給食献立予定表



瀬戸内市邑久・牛窓学校給食調理場

日付	献立名				エネルギー 単一 (物) (小) (中)	主な材料				
	主食	主菜(メインのおかず)	副菜(主菜をおぎなう)	その他		家庭でとってほしい食品	血や肉になる	体の調子をとのえる	力や熱のもとになる	
1(水)	ビビンバ(牛肉・ナムル) 【牛肉・小麦・大豆】【ナムル:小麦・大豆】	春雨スープ 【豚肉・鶏肉・小麦・大豆】			503 635 752	牛乳 みそ	牛肉 ぶた肉	にんにく たけのこ にんじん もやし こまつな たまねぎ えのきたけ 干椎茸 はくさい チンゲンサイ	米 三温糖 春雨	むぎ ごま油
2(木)	セルフウイナーサンド (ウイナー・キャベツのカレーソテー・●ケチャップ) 【米粉パン:小麦・乳・大豆】【ウイナー:豚肉】	ポトフ 【鶏肉・小麦・大豆】			488 624 763	牛乳 とり肉	ウイナー	キャベツ たまねぎ にんじん アスパラガス だいこん マッシュルーム	米粉パン じゃがいも	サラダ油
7(火)	肉うどん 【うどん:小麦】【汁:牛肉・小麦・大豆】	ごま風味のポテトサラダ 【ごま・大豆】	端午の節句献立 かしわもち (敷島堂)		591 715 825	牛乳 かまぼこ	牛肉	しょうが ごぼう たまねぎ にんじん 干椎茸 ねぎ キャベツ きゅうり とうもろこし	うどん 三温糖 じゃがいも ごま ごまドレッシング ノンエッグマヨネーズ かしわもち	
8(水)	麦ごはん	油淋鶏 【鶏肉・小麦・大豆】	きゅうりの即席漬け【小麦・大豆】 中華スープ【豚肉・大豆・鶏肉・小麦】		542 680 807	牛乳 ベーコン こんぶ	とり肉 とうふ	白ねぎ しょうが にんにく だいこん きゅうり とうもろこし にんじん チンゲンサイ たまねぎ 干椎茸 はくさい	米 でん粉 三温糖	むぎ 天ぷら油 ごま油
9(木)	米粉パン 【小麦・乳・大豆】	じゃがいもとツナの チーズ焼き【大豆・乳】	春野菜のスープ 【豚肉・鶏肉・小麦・大豆】		481 676 811	牛乳 チーズ ほたて	ツナ ベーコン	とうもろこし たまねぎ スズキニ しめじ セロリ にんじん キャベツ マッシュルーム アスパラガス	米粉パン じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	
10(金)	こうこずし 【小麦・大豆・ゼラチン・ごま】	さわらの香味焼き 【小麦・大豆】	若竹汁 【小麦・大豆】	ふるさとの味 給食の日	506 642 800	牛乳 さわら わかめ	あなご とうふ	白ねぎ しょうが 枝豆 にんじん えのきたけ たまねぎ ねぎ	米 ごま	さとう
13(月)	麦ごはん	豚肉のしょうが炒め 【豚肉・小麦・大豆】	春キャベツのみそ汁 【大豆】		516 633 750	牛乳 あぶらあげ	ぶた肉 みそ	しょうが たまねぎ ピーマン にんじん だいこん キャベツ こまつな	米 三温糖	麦 じゃがいも
14(火)	五目ラーメン 【中華めん:小麦】【汁:豚肉・鶏肉・小麦・大豆】		中華あえ 【小麦・大豆】	若草蒸しパン 【小麦・乳】	525 657 775	牛乳 いか チーズ	ぶた肉 なると	にんにく しょうが にんじん たまねぎ きくらげ もやし ねぎ キャベツ だいこん とうもろこし きゅうり	中華めん 三温糖 むしパンミックス	ごま油
15(水)	麦ごはん	あじフライ 【小麦・大豆】	ポイルキャベツ けんちん汁 【大豆・小麦】	●ウスター ソース	547 685 810	牛乳 あぶらあげ	あじ とうふ	キャベツ にんじん ごぼう だいこん ねぎ	米 パン粉 でん粉 ごま油	むぎ 小麦粉 天ぷら油 さといも
16(木)	米粉胚芽パン 【小麦・乳・大豆】	とり肉のマーマレード焼き 【鶏肉・小麦・大豆】	カレースープ 【豚肉・大豆・鶏肉・小麦】		507 660 799	牛乳 ベーコン	とり肉	にんにく にんじん たまねぎ キャベツ マッシュルーム トマト パセリ	胚芽パン じゃがいも マーマレード	
17(金)	ピースごはん	新じゃがととり肉の煮物 【鶏肉・小麦・大豆】	甘酢あえ 【小麦・大豆】		527 656 787	牛乳 こんぶ 平天	とり肉 厚揚げ わかめ	グリーンピース しょうが にんじん たまねぎ きぬさや もやし キャベツ	米 じゃがいも 三温糖	むぎ
20(月)	ハヤシライス 【牛肉・鶏肉・小麦・大豆】		イタリアンサラダ		567 722 856	牛乳 だいず	牛肉	にんにく たまねぎ にんじん マッシュルーム トマト 赤ピーマン きゅうり キャベツ とうもろこし	米 じゃがいも 小麦粉 サラダ油 イタリアンドレッシング	むぎ
21(火)	ソフトめん肉みそあんかけ 【ソフトめん:小麦】【肉みそ:豚肉・鶏肉・小麦・大豆・ごま】		大根ツナサラダ 【小麦・大豆】	みしょうかん	508 636 750	牛乳 だいず ツナ	ぶた肉 みそ	しょうが にんじん たまねぎ たけのこ 干椎茸 だいこん みしょうかん	ソフトめん 三温糖 でん粉	
22(水)	麦ごはん	さばの南部焼き 【さば・小麦・大豆・ごま】	炒めたくあん【小麦・大豆】 わかめととうふのみそ汁【大豆】		522 655 776	牛乳 とうふ わかめ	さば みそ	きくらげ たくあん にんじん たまねぎ ねぎ	米 ごま 黒ごま ごま油 じゃがいも	むぎ 三温糖
23(木)	セルフチキンサンド (ささみカツ・ポイルキャベツ・●ケチャップ) 【米粉パン:小麦・乳・大豆】【ささみカツ:鶏肉・大豆】		白いんげん豆と豆乳のポターージュ 【豚肉・鶏肉・小麦・大豆】		531 691 836	牛乳 ベーコン 白いんげん豆	ささみ 白花豆 とうにゅう	キャベツ にんじん たまねぎ とうもろこし パセリ	米粉パン じゃがいも 米粉	天ぷら油
24(金)	麦ごはん	こんにやく入り回鍋肉 【豚肉・小麦・大豆・ごま】	ばんさんすう 【小麦・大豆】		487 611 724	牛乳 みそ 茎わかめ	ぶた肉 厚揚げ	しょうが たまねぎ にんじん たけのこ しめじ にんにく きゅうり もやし きくらげ	米 三温糖 春雨 ごま油	むぎ
27(月)	麦ごはん	千草焼き 【卵・小麦・大豆】	根菜のごま汁 【ごま・大豆】		521 654 775	牛乳 ひじき あぶらあげ	ツナ たまご みそ	にんじん たまねぎ 干椎茸 ごぼう だいこん ねぎ	米 三温糖 さといも	むぎ ごま
28(火)	海鮮ラーメン 【中華めん:小麦】【汁:豚肉・鶏肉・いか・小麦・大豆】		アスパラとひき肉の炒めもの 【牛肉・小麦・大豆】		509 638 752	牛乳 なると わかめ 牛肉	ぶた肉 ほたて いか	にんにく しょうが にんじん たまねぎ きくらげ もやし ねぎ アスパラガス とうもろこし 赤ピーマン	中華めん 三温糖	天ぷら油 じゃがいも
29(水)	麦ごはん	がんもどきの含め煮 【鶏肉・小麦・大豆】	キャベツの酢のもの 【小麦・大豆】	もってえ ねんじャーの日	499 627 747	牛乳 こんぶ がんもどき	とり肉 かまぼこ わかめ	しょうが ごぼう 干椎茸 れんこん だいこん いんげん もやし キャベツ	米 さといも 三温糖	むぎ
30(木)	米粉パン 【小麦・乳・大豆】	さけの花園焼き 【さけ・大豆】	もち麦のトマトスープ 【豚肉・鶏肉・小麦・大豆】	●ミルメーク コーヒー	523 677 818	牛乳 ベーコン	さけ	たまねぎ とうもろこし 赤ピーマン ピーマン にんじん キャベツ チンゲンサイ トマト	米粉パン じゃがいも ノンエッグマヨネーズ もち麦 ミルメークコーヒー	
31(金)	中華風おこわ 【豚肉・いか・小麦・大豆】	春巻き 【豚肉・小麦・大豆】	チンゲンサイのスープ 【豚肉・鶏肉・小麦・大豆】		568 714 818	牛乳 ぶた肉 ベーコン	するめ とうふ	にんじん たけのこ 干椎茸 こまつな たまねぎ キャベツ チンゲンサイ しめじ しょうが	米 ごま油 はるさめ でん粉 天ぷら油 じゃがいも	もち米 三温糖 小麦粉

※献立は都合により変更することがあります。牛乳は毎日つきます。
 ※○印は瀬戸内市基本献立です。※●は小袋がつきます。★は直接学校に配送されます。
 ※献立名の欄に、アレルギー源になりやすい28品目に該当するものを【 】に載せています。
 ※米粉パン・米粉胚芽パン【小麦・大豆・乳】、
 米粉ソフトめん・米粉中華めん・うどん【小麦】が含まれています。
 ※瀬戸内市のホームページに、献立表と使用した食材の産地を掲載しています。
 ※5月29日(水)は「もってえねんじャーの日」です。苦手なものにも挑戦して食べ残しを少しでもなくしましょう。



5月の瀬戸内市産
食材使用予定

米 もち米 小麦粉
スズキニ アスパラガス たまねぎ
裳掛手作りみそ

5月7日(火)の
「かしわもち」は、
邑久町の敷島堂から無償で
提供していただきました。