

令和 6 年 5 月 給食カレンダー




島田市立中部学校給食センター A

日	献立名	使 わ れ て い る 食 品 と お も な 働 き				エネルギー (kcal) たん白質(g)	備考 欠食校 個数など
		体を作るもとになる食品 (赤色)	体の調子を整える もとになる食品(緑色)	エネルギーの もとになる食品(黄色)	調味料		
1 水	ごはん			こめ		593	八十八夜に ちなんだ献立 
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
	くろはんぺんのおちやてんぷら	くろはんぺん	ちや	こむぎこ 油 でんぶん		754	
	たけのことあらめののもの	とりにく あらめ	たけのこ にんじん さやいんげん	さとう 油	しょうゆ みりん		
	しんじゃがのみそしる	とうふ ぶたにく みそ あぶらあげ	たまねぎ はねぎ	じゃがいも	かつおだし	30.5	
2 木	ごはん			こめ		608	端午の節句に ちなんだ献立 
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				30.6	
	かつおのかくに	かつお	しょうが	さとう	しょうゆ さけ	787	
	かふうあえ		ほうれんそう もやし にんじん	はるさめ さとう ごま ごま油	しょうゆ す		
	わかたけじる	とうふ あぶらあげ わかめ	たけのこ はねぎ		かつおだし しょうゆ さけ みりん しお		
	かしわもち	かんてん		こめこ あずき さとう でんぶん 油	しお	36.8	
7 火	ごはん			こめ		608	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				23.3	
	えだまめコロッセ		にんじん かぼちゃ たまねぎ えだまめ	じゃがいも こむぎこ 油 さとう パンこ でんぶん	しお	801	
	たくあんあえ		キャベツ きゅうり たくあん		あおじそドレッシング		
	おやこに	とりにく たまご ちくわ こうやどうふ	たまねぎ たけのこ にんじん しいたけ	さとう 油	しょうゆ さけ わふうだし	28.2	
8 水	ひらうどん			めん		608	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				30.7	
	さんさいうどんつゆ	ぶたにく かまぼこ あぶらあげ	さんさい にんじん しいたけ はねぎ		しょうゆ みりん かつおだし しお	761	
	あじフライ	あじ		パンこ こむぎこ でんぶん 油	しお		
	きりぼしだいこんのごまずあえ		きゅうり にんじん きりぼしだいこん	さとう ごま	しょうゆ す	37.1	
9 木	ごはん			こめ		577	えびしゅうまい 小 2こ 中 3こ
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				21.4	
	えびしゅうまい	えび たら	たまねぎ	油 パンこ でんぶん さとう みずあめ こむぎこ	しお	776	
	やさいのレモンじょうゆあえ		キャベツ ほうれんそう レモン	さとう	しょうゆ		
	マーボーはるさめ	ぶたにく みそ	たまねぎ にんじん たけのこ はねぎ しいたけ しょうが にんにく	はるさめ さとう 油 でんぶん	しょうゆ オイスターソース しお ちゅうかスープ トウバンジャン		
	(中学のみ)ごさかな	いわし		さとう	しお	28.7	
10 金	おちやマーガリンパン		ちや	パン マーガリン		670	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				25.8	
	やさいととうふのハンバーグ	とりにく とうふ	たまねぎ にんじん えだまめ しょうが	パンこ こむぎこ ぎゅうし さとう でんぶん	しょうゆ みりん しお	845	
	ポパイサラダ		ほうれんそう キャベツ とうもろこし	油 さとう	しょうゆ す		
	おおむぎのクリームスープ	ぎゅうにゅう ウィナー	たまねぎ にんじん	おおむぎ 油	ベシヤメルソース ワイン がらスープ しお コンソメ	31.7	
13 月	ごはん			こめ		638	関東地方の 料理
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				25.7	
	いわしのかばやき	いわし		でんぶん 油 さとう	しょうゆ みりん さけ	820	
	こまつなのソテー	ウィンナー	こまつな キャベツ とうもろこし	油	コンソメ しお		
	おつきりこみ	とりにく あぶらあげ とうにゅう	だいこん にんじん ごぼう はねぎ しいたけ	ほうとう さといも	しょうゆ かつおだし みりん しお	31.2	
14 火	ごはん			こめ		576	金中1・3年 7・8組
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				24.8	
	あじつけたまご	たまご		さとう	みりん しお	791	
	こんぶあえ	こんぶ	だいこん きゅうり	さとう	しお しょうゆ す		
	なまあげのちゅうかに	なまあげ ぶたにく	チンゲンサイ たけのこ とうもろこし たまねぎ にんじん しいたけ にんにく	さとう でんぶん 油	しょうゆ オイスターソース スープストック		
	(中学のみ)ヨーグルト	ヨーグルト			32.2		
15 水	こくとうパン			パン こくとう		630	金中1・3年 7・8組
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				21.3	
	ポテトカップグラタン	とうにゅう おから	たまねぎ にんじん とうもろこし ほうれんそう	油 じゃがいも こめこ さとう みずあめ でんぶん	しお	813	
	カラフルサラダ (イタリアンドレッシング)		キャベツ きゅうり パプリカ	ドレッシング			
	ミネストローネ	ウィンナー だいず	たまねぎ トマト にんじん セロリー	マカロニ さとう	がらスープ しお コンソメ	26.0	
16 木	ごはん			こめ		613	金中1・3年 7・8組
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				25.1	
	とりにくのねぎみそやき	とりにく みそ	ねぶかねぎ にんにく	さとう ごま油	しょうゆ とうがらし	793	
	アスパラとポテトのサラダ (マヨネーズ)		アスパラ とうもろこし	じゃがいも マヨネーズ	しお		
	やさいスープ	ウィンナー	たまねぎ キャベツ こまつな にんじん		がらスープ しょうゆ しお コンソメ	31.4	

○物資の購入の都合により献立や使用材料を変更することがあります。

○地場産物を 斜め太字・アンダーライン で表示しています。

○「地場産物を使った料理+具だくさん島田汁」を組合せた献立を「おしまちゃんランチ  」と名づけ、毎月1回提供していきます。

生産者紹介

< 食物アレルギー関連の留意点 >

○学校給食では、ピーナッツ・そば・キウイフルーツ・いくらには使用しません。

○マヨネーズは卵が入ったものを使用しています。 ○魚介類(しらすほしなど)や海藻には、エビ、イカ、カニ、タコなどが混入する場合があります。

○主食の製造工場では、そば、山芋、大豆、卵、くるみ、ごま、りんご、もも等を使用した製品を製造しています。

○加工食品については十分な表記ができない場合があります。詳細が必要な場合は学校を通して給食センターにお問い合わせください。



令和 6 年 5 月 給食カレンダー



島田市立中部学校給食センター A

日	献立名	使 わ れ て い る 食 品 と お も な 働 き				エネルギー (kcal)	備考 欠食校 個数など
		体を作るものになる食品 (赤色)	体の調子を整える ものになる食品(緑色)	エネルギーの ものになる食品(黄色)	調味料		
17 金	ごはん			ごめ		595	金中3年 二中3年
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				27.7	
	とうふのそぼろあんかけ	とうにゅう とりにく	しょうが	さとう でんぶん 油	しょうゆ		
	おひたし	かつおぶし	ほうれんそう キャベツ にんじん		しょうゆ	763	
	みそけんちんじる	とうふ とりにく みそ あぶらあげ	にんじん ごぼう はねぎ しいたけ	さいとも ごま油	かつおだし	33.3	
チーズ	チーズ						
20 月	むぎごはん			ごめ むぎ		639	二中3年
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				25.1	
	チキンカレー	とりにく チーズ	たまねぎ にんじん セロリー りんご にんにく	じゃがいも 油	カレールー ケチャップ しお ソース チャツネ しょうゆ		
	だいずとにぼしのあげに	だいず にぼし		でんぶん 油 さとう ごま	しょうゆ	824	
キャベツサラダ		キャベツ きゅうり とうもろこし	さとう 油	しょうゆ す しお	30.0		
21 火	ごはん			ごめ		585	二中
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				24.9	
	しろみぎかなのなんばんづけ	たら	ねぶかねぎ	でんぶん 油 さとう ごま油	しょうゆ す とうがらし		
	ごまあえ		キャベツ ごまつな にんじん	ごま さとう	しょうゆ	747	
こんさいだんごのスープ	とりにく	チンゲンサイ たまねぎ にんじん ごぼう れんこん	さいとも ラード でんぶん 油 さとう	がらスープ しょうゆ しお スープストック	29.5		
22 水	ちゅうかめん			めん		608	二中
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				23.7	
	とんこつラーメンスープ	ふたにく なると	チンゲンサイ にんじん とうもろこし メンマ ねぶかねぎ にんにく しょうが		とんこつラーメンスープ しょうゆ		
	はるまき	ふたにく	にんじん たまねぎ キャベツ しょうが しいたけ	油 はるさめ でんぶん こむぎこ さとう こめこ	しょうゆ しお	765	
ナムル		ほうれんそう もやし にんじん	ごま油 ごま さとう	しょうゆ	28.5		
23 木	ごはん			ごめ		604	二中3年
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				25.4	
	にくだんごのケチャップかけ	とりにく たまご	たまねぎ	パンこ さとう 油 でんぶん	しょうゆ しお ケチャップ ソース		
	きんぴらごぼう	ふたにく さつまあげ	ごぼう こんにやく にんじん さいやんげん	さとう ごま 油 ごま油	しょうゆ とうがらし	800	
はるさめスープ	とりにく	たまねぎ にんじん ごまつな しいたけ しょうが	はるさめ	しょうゆ スープストック さけ しお	31.8	にくだんご 小 2こ 中 3こ	
24 金	しょくパン いちごジャム			パン いちごジャム		624	四小
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				24.1	
	メンチカツ	ふたにく ぶたレバー	たまねぎ	パンこ こむぎこ でんぶん 油	しお しょうゆ		
	かいそうサラダ (わふうドレッシング)	かいそう	キャベツ きゅうり パプリカ	ドレッシング		784	
とうにゅういりポタージュ	とうにゅう ぎゅうにゅう	たまねぎ とうもろこし にんじん パセリ	油	ベシヤメルソース コンソメ がらスープ しお	29.6		
27 月	ごはん			ごめ		614	四小
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				23.8	
	ししゃもフライ	ししゃも		パンこ こむぎこ でんぶん 油	しお		
	いそあえ	のり	ほうれんそう もやし にんじん	さとう	しょうゆ	761	
じゃがいものそぼろに	ふたにく	たまねぎ こんにやく にんじん グリーンピース	じゃがいも さとう	しょうゆ さけ	27.1	ししゃもフライ 小1・2年 1こ 小3～中 2こ	
28 火	むぎごはん			ごめ むぎ		585	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				30.3	
	ふたにくのしょうがやき	ふたにく	たまねぎ しょうが しいたけ にんにく	さとう 油 でんぶん	しょうゆ さけ		
	たけのことひじきのサラダ (ごまドレッシング)	ひじき	たけのこ にんじん えだまめ	さとう ドレッシング	しょうゆ みりん	755	
するがじる	とうふ かまぼこ さくらえび	だいこん えのきたけ はねぎ しょうが		しょうゆ かつおだし しお	36.1		
29 水	アップルパン		りんご	パン		618	四小 五小
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				27.6	
	ツナオムレツ	たまご まぐろ	たまねぎ	油 さとう でんぶん マヨネーズ	しお しょうゆ す		
	いそペポテ	あおさ		じゃがいも ごま	しお	764	
ポークビーンズ	だいず ふたにく	たまねぎ にんじん にんにく パセリ	さとう 油	ケチャップ ソース ワイン スープストック しお	33.3		
30 木	ごはん			ごめ		670	川根小卒業生 作成献立
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				30.8	
	とりにくとレバーのあまからあえ ゆかりあえ	とりにく とりレバー	にんにく しょうが きゅうり キャベツ しそ	でんぶん 油 さとう ごま さとう	しょうゆ みりん さけ しお		
	ぐたくさんしまだじる	ふたにく あぶらあげ みそ	たまねぎ にんじん ごぼう しいたけ はねぎ		かつおだし	838	
おちゃクリームだいふく	乳	ちや	さとう いんげんまめ みずあめ もちこ じょうしんこ れんにゅう		36.3	おしまちゃん ランチ	
31 金	ごはん			ごめ		637	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				26.0	
	さばのおろしに	さば	だいこん しょうが	さとう でんぶん	しょうゆ みりん		
	チンゲンサイとコーンのソテー	ウインナー	キャベツ チンゲンサイ とうもろこし	油	コンソメ しお	812	
にらたまスープ	たまご	たまねぎ にんじん にら しめじ	でんぶん	しょうゆ スープストック しお	30.9		