

# 学校給食予定献立表(中学校)

令和6年5月

牛乳は、毎日つきます 

月	火	水	木	金
<p>5月17日(金)は、当別食材を使った「とべっこランチ」です</p>  <p>このマークが目印!</p> <p>当別にかかわりのある食材を使った給食を月に1回出します。</p> <p>裏に詳しく載せています。</p>	<p style="text-align: center;">こんげつ    どうべつ    さん    しょくざい</p> <h3 style="text-align: center;">今月の当別産食材</h3> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  <p>ごはん (ななつぼし)</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>もやし</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>大豆 (つじの蔵)</p> </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;">    </div> <p>ぶたにく    ベーコン    アスパラガス (浅野農場さん)</p>	<p style="text-align: center;">1</p> <h3 style="text-align: center;">ご 飯</h3> <p style="text-align: center;">こんさい    しょう    じゅう</p> <h4 style="text-align: center;">根菜のしょうゆ汁</h4> <p>大根・人参・長葱・ごぼう つと・でん粉 <b>マグロカツ</b> まぐろ・玉葱・生姜・パン粉(卵なし)・菜種油</p> <p style="text-align: center;">いも</p> <h4 style="text-align: center;">じゃが芋キムチ</h4> <p>豚挽肉・白菜キムチ(白菜・玉葱・ごま・大根 人参・昆布・にら・りんご・にんにく) じゃが芋・人参・にら・生姜・にんにく・ごま油 788/26.8/23.3/3.7</p>	<p style="text-align: center;">2</p> <h3 style="text-align: center;">野菜ラーメン(塩)</h3> <p>ラーメン・豚肉・つと・メンマ・きゃべつ 玉葱・人参・長葱・わかめ</p> <p style="text-align: center;">だんご</p> <h4 style="text-align: center;">胡麻付き団子</h4> <p>もち米粉・白玉粉・ごま 小豆・寒天・菜種油</p> <h4 style="text-align: center;">ハンパングーサラダ</h4> <p>もやし・胡瓜・鶏肉・中華ドレッシング 焙煎胡麻ドレッシング(卵黄入り) 791/28.6/26.0/5.4</p>	<p style="text-align: center;">3</p> <h3 style="text-align: center;">けんぽうきねんび</h3> <h4 style="text-align: center;">憲法記念日</h4> 
<p style="text-align: center;">6</p> <h3 style="text-align: center;">ふりかえきゆうじつ</h3> <h4 style="text-align: center;">振替休日</h4> 	<p style="text-align: center;">7</p> <h3 style="text-align: center;">こくとう</h3> <h4 style="text-align: center;">黒糖パン</h4> <h4 style="text-align: center;">ミネストローネ</h4> <p>豚肉・きゃべつ・玉葱・人参・いんげん スパゲティ・トマト缶・粉チーズ</p> <h4 style="text-align: center;">カレーコロッケ</h4> <p>じゃが芋・玉葱・人参 パン粉(卵なし)・菜種油</p> <h4 style="text-align: center;">えだまめサラダ</h4> <p>えだまめ・大根・人参・コーン・ハム 焙煎胡麻ドレッシング(卵黄入り) 818/30.7/27.2/4.4</p>	<p style="text-align: center;">8</p> <h3 style="text-align: center;">おやこどん</h3> <h4 style="text-align: center;">親子丼(ご飯)</h4> <p>鶏肉・卵・玉葱 長葱・干椎茸</p> <p style="text-align: center;">く    み    しる</p> <h4 style="text-align: center;">具だくさん味噌汁</h4> <p>白菜・大根・人参 長葱・ごぼう・ごま油</p> <p style="text-align: center;">うめ    あ</p> <h4 style="text-align: center;">梅かつお和え</h4> <p>もやし・胡瓜・かつお節 梅ドレッシング 646/27.5/14.5/3.5</p>	<p style="text-align: center;">9</p> <h3 style="text-align: center;">わかどり    こまつな</h3> <h4 style="text-align: center;">若鶏と小松菜のクリームスパゲティ</h4> <p>スパゲティ・鶏肉・玉葱 小松菜・人参・えのき草 しめじ・バター・牛乳</p> <h4 style="text-align: center;">きな粉ホト</h4> <p>じゃが芋・きな粉・菜種油</p> <h4 style="text-align: center;">ごぼうサラダ</h4> <p>ごぼう・人参・コーン マヨネーズ・ごま 832/31.2/34.7/5.7</p>	<p style="text-align: center;">10</p> <h3 style="text-align: center;">ご 飯</h3> <h4 style="text-align: center;">もずくのすまし汁</h4> <p>もずく・豆腐・小松菜 長葱・かまぼこ</p> <h4 style="text-align: center;">ホキの胡麻味噌かけ</h4> <p>ほき・生姜・すりごま</p> <p style="text-align: center;">くま    あ    もの</p> <h4 style="text-align: center;">茎わかめの和え物</h4> <p>わかめ・もやし・胡瓜・人参・中華ドレッシング 625/26.8/14.0/5.0</p>
<p style="text-align: center;">13</p> <h3 style="text-align: center;">むぎ</h3> <h4 style="text-align: center;">ハヤシライス(麦ご飯)</h4> <p>豚肉・玉葱・じゃが芋・人参・生姜・にんにく バター・ハヤシライス・スキムミルク・粉チーズ りんごソース・チャツネ(りんご・レーズン)</p> <p style="text-align: center;">はくさい    お</p> <h4 style="text-align: center;">白菜塩サラダ</h4> <p>白菜・胡瓜・人参・コーン 塩中華ドレッシング</p> <h4 style="text-align: center;">ぶどうゼリー</h4> <p>ぶどう果汁 839/28.3/21.4/3.4</p>	<p style="text-align: center;">14</p> <h3 style="text-align: center;">スライスパン</h3> <h4 style="text-align: center;">コンソメスープ</h4> <p>豚肉・白菜・チンゲン菜 玉葱・人参・干椎茸</p> <h4 style="text-align: center;">コーンフ레이크揚げ</h4> <p>鶏肉・卵・コーンフ레이크・小麦粉・菜種油</p> <h4 style="text-align: center;">ラーメンサラダ</h4> <p>ラーメン・もやし・きゃべつ・人参・コーン 竹輪・練りごま・ごま油</p> <h4 style="text-align: center;">スライスチーズ</h4> <p>806/55.4/30.5/4.8</p>	<p style="text-align: center;">15</p> <h3 style="text-align: center;">ご 飯</h3> <h4 style="text-align: center;">なめこ汁</h4> <p>なめこ・豆腐・大根</p> <h4 style="text-align: center;">あじフライ</h4> <p>あじ・パン粉(卵なし)・菜種油</p> <p style="text-align: center;">にく</p> <h4 style="text-align: center;">肉じゃが</h4> <p>豚肉・じゃが芋・人参・玉ねぎ グリーンピース・白滝・生姜 754/30.6/21.2/3.0</p>	<p style="text-align: center;">16</p> <h3 style="text-align: center;">ごもく</h3> <h4 style="text-align: center;">五目うどん</h4> <p>うどん・鶏肉・小松菜 白菜・人参・長葱 干椎茸・つと・油揚げ</p> <p style="text-align: center;">やさい</p> <h4 style="text-align: center;">野菜のオイスターソース炒め</h4> <p>豚肉・きゃべつ・人参・青ピーマン しめじ・生姜・にんにく・ごま油</p> <p style="text-align: center;">だんご</p> <h4 style="text-align: center;">みたらし団子</h4> <p>白玉餅・でん粉 646/30.3/15.0/5.9</p>	<p style="text-align: center;">17</p>  <h3 style="text-align: center;">さけな</h3> <h4 style="text-align: center;">鮭菜めし(鮭・大根菜)</h4> <p style="text-align: center;">いも    み    しる</p> <h4 style="text-align: center;">じゃが芋の味噌汁</h4> <p>じゃが芋・玉葱・白菜・長葱</p> <p style="text-align: center;">てづく</p> <h4 style="text-align: center;">手作りとんかつ</h4> <p>豚肉・卵・小麦粉 パン粉(卵なし)・菜種油</p> <p style="text-align: center;">だいこん</p> <h4 style="text-align: center;">大根サラダ</h4> <p>大根・きゃべつ・人参・コーン・ごま・ごま油</p> <h4 style="text-align: center;">パックソース(りんご)</h4> <p>785/35.1/21.8/4.8</p>
<p style="text-align: center;">20</p> <h3 style="text-align: center;">ご 飯</h3> <h4 style="text-align: center;">わかめスープ</h4> <p>わかめ・卵・もやし 長葱・えのき草</p> <h4 style="text-align: center;">キョーザ</h4> <p>豚肉・鶏肉・きゃべつ・にら・生姜</p> <h4 style="text-align: center;">チャプチェ</h4> <p>豚肉・春雨・人参・長葱 干椎茸・ごま油・ごま 819/67.2/24.8/4.3</p>	<p style="text-align: center;">21</p> <h3 style="text-align: center;">ココアパン</h3> <h4 style="text-align: center;">クリームチャウダー</h4> <p>豚肉・南瓜・玉葱・きゃべつ・人参・コーン 牛乳・生クリーム・スキムミルク・バター</p> <h4 style="text-align: center;">タンドリーチキン</h4> <p>鶏肉・ヨーグルト・生姜・にんにく</p> <h4 style="text-align: center;">ポテトサラダ</h4> <p>じゃが芋・人参・胡瓜 マヨネーズ 859/54.3/31.0/3.9</p>	<p style="text-align: center;">22</p> <h3 style="text-align: center;">ご 飯</h3> <p style="text-align: center;">ごもく    どうふ</p> <h4 style="text-align: center;">五目あんかけ豆腐</h4> <p>豆腐・鶏肉・玉葱 小松菜・人参・干椎茸 長葱・でん粉</p> <h4 style="text-align: center;">おかかサラダ</h4> <p>きゃべつ・大根・人参・胡瓜 かつお節・ごま油・ごま</p> <p style="text-align: center;">だいたい</p> <h4 style="text-align: center;">オレンジ(代替～ゼリー)</h4> <p>745/31.2/20.1/2.6</p>	<p style="text-align: center;">23</p> <h3 style="text-align: center;">わふう</h3> <h4 style="text-align: center;">和風スパゲティ</h4> <p>スパゲティ・豚肉・玉葱 人参・しめじ・たまご茸 舞茸・でん粉</p> <h4 style="text-align: center;">揚げパン</h4> <p>胚芽ロール(卵)・菜種油</p> <h4 style="text-align: center;">アスパラソテー</h4> <p>アスパラ・コーン・人参・玉ねぎ ベーコン・バター 752/30.8/21.9/6.5</p>	<p style="text-align: center;">24</p> <h3 style="text-align: center;">ご 飯</h3> <h4 style="text-align: center;">味噌けんちん汁</h4> <p>豆腐・大根・人参・長葱・ごぼう こんにやく・油揚げ・ごま油・でん粉</p> <p style="text-align: center;">ぶたにく    しょうが    や    ふう</p> <h4 style="text-align: center;">豚肉の生姜焼き風</h4> <p>豚肉・玉葱・生姜</p> <h4 style="text-align: center;">ひじきとチーズのサラダ</h4> <p>ひじき・きゃべつ・胡瓜 人参・コーン・チーズ 773/33.0/23.4/3.6</p>
<p style="text-align: center;">27</p> <h3 style="text-align: center;">ご 飯</h3> <p style="text-align: center;">さんらーたん</p> <h4 style="text-align: center;">酸辣湯</h4> <p>鶏肉・卵・玉葱・人参・干椎茸・長葱・でん粉</p> <p style="text-align: center;">はる    まき</p> <h4 style="text-align: center;">春巻</h4> <p>きゃべつ・筍・鶏肉・春雨・生姜 にんにく・スキムミルク・菜種油</p> <p style="text-align: center;">きゅうり    あ    もの</p> <h4 style="text-align: center;">胡瓜とくらげの和え物</h4> <p>もやし・胡瓜・人参・中華くらげ・ごま油・ごま 808/28.0/28.2/2.4</p>	<p style="text-align: center;">28</p> <h3 style="text-align: center;">コッペパン</h3> <h4 style="text-align: center;">ポトフ</h4> <p>ミートボール(豚肉・鶏肉・玉葱) じゃが芋・きゃべつ・玉葱 かぶ・人参・いんげん</p> <h4 style="text-align: center;">チリコンカン</h4> <p>大豆・豚挽肉・マカロニ・玉葱 人参・パセリ・バター・にんにく</p> <p style="text-align: center;">だいたい</p> <h4 style="text-align: center;">りんご(代替～ゼリー)</h4> <p>773/31.8/24.7/5.0</p>	<p style="text-align: center;">29</p> <p style="text-align: center;">やさい</p> <h3 style="text-align: center;">野菜のカレー(麦ご飯)</h3> <p>豚挽肉・大豆・人参・玉葱・じゃが芋・人参・小松菜 トマト缶・カレーウ(りんご・バナナ)・牛乳・バター にんにく・チャツネ(りんご・レーズン)</p> <h4 style="text-align: center;">ほたてフライ</h4> <p>ホタテ・パン粉(卵なし)・菜種油</p> <h4 style="text-align: center;">コールスローサラダ</h4> <p>きゃべつ・胡瓜・青ピーマン・コーン コールスロドレッシング(卵黄入り) 1059/37.2/38.2/3.4</p>	<p style="text-align: center;">30</p> <h3 style="text-align: center;">みそ</h3> <h4 style="text-align: center;">味噌ラーメン</h4> <p>ラーメン・豚肉・つと・メンマ・きゃべつ もやし・人参・長葱・わかめ・生姜 にんにく・味噌ラーメンスープ(卵)</p> <h4 style="text-align: center;">チキンナゲット</h4> <p>鶏肉・菜種油</p> <p style="text-align: center;">やさい    いた</p> <h4 style="text-align: center;">じゃが野菜炒め</h4> <p>じゃが芋・アスパラ・豚肉 玉葱・バター 722/34.5/27.9/4.8</p>	<p style="text-align: center;">31</p> <h3 style="text-align: center;">ご 飯</h3> <h4 style="text-align: center;">さつま汁</h4> <p>鶏肉・豆腐・さつま芋・大根・人参 ごぼう・長葱・こんにやく</p> <p style="text-align: center;">や    ふう</p> <h4 style="text-align: center;">すき焼き風コロッケ</h4> <p>玉葱・じゃが芋・ゼラチン パン粉(卵なし)・菜種油</p> <h4 style="text-align: center;">にらともやしのごま和え</h4> <p>にら・もやし・ごま油・すりごま 767/25.5/20.9/2.9</p>

☆献立の下の数字は中学年のエネルギー/たんぱく質/脂質/塩分の量です  
 ☆都合により献立の一部が変更する場合があります  
 ☆魚には骨がある場合があります    おはしで確認して食べましょう  
 ☆今月の給食費口座振替日は、**5月31日(金)**です！

◆ お知らせ ◆

○卵・ナッツ類が含まれているものに関しては、材料の欄に記載しています  
 ○この献立表には、加工品と調味料の一部に含まれるアレルギー物質について表示されていません。詳しくは給食センターまでお問い合わせください

裏面の『もぐもぐだより』もご覧ください