

令和6年度 5月 中学校給食献立表

国富町立学校給食共同調理場

※食材の仕入れ状況により、献立の内容を変更する場合があります。

日 (曜日)	行事等	☆献立名☆	主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる		調味料	エネルギー たんぱく質
			1群	2群	3群	4群	5群	6群		
			卵・魚・肉・豆・豆製品	牛乳・乳製品・小魚・海苔	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・めん・いも・砂糖	油脂		
1	水	コッペパン ポトフ 五穀豆サラダ	鶏肉 ポークピッツ 五穀豆 ツナ(水煮)	牛乳 ひじき	にんじん ブロッコリー にんじん	たまねぎ しめじ キャベツ きゅうり	コッペパン じゃがいも 砂糖 五穀	ごま油 ごま	鶏がらスープ しょうゆ 白ワイン 塩 こしょう 酢 しょうゆ	696 kcal 34.2 g
2	木	減量麦ご飯 すまし汁 いわし甘露煮 キャベツのごま和え ミニたい焼き	野菜ボール かまぼこ(いとり・たら) とうふ いわし甘露煮	牛乳	にんじん ほうれんそう	えのきたけ キャベツ コーン	米 麦 砂糖 ミニたい焼き	ごま	かつおだし しょうゆ 塩 しょうゆ 酢	722 kcal 32.7 g
7	火	麦ご飯 米粉のポークカレー コーンサラダ	豚肉 ハム	牛乳	にんじん にんじん	たまねぎ しめじ 青豆 にんにく きゅうり キャベツ コーン	米 麦 じゃがいも 砂糖 砂糖	サラダ油 サラダ油	赤ワイン 米粉カレーフレーク 鶏がらスープ 塩 こしょう ケチャップ ウスターソース ベーストチャツネ しょうゆ 酢 塩 こしょう	762 kcal 30.7 g
8	水	ミニチーズパン ズッキーニのトマトパスタ みかんサラダ	ウインナー	牛乳	にんじん ピーマン トマト にんじん	ズッキーニ たまねぎ エリンギ にんにく みかん キャベツ きゅうり	チーズパン スパゲッティ 砂糖	サラダ油 サラダ油	ケチャップ ウスターソース 塩 こしょう 酢 しょうゆ 塩 こしょう	749 kcal 27.3 g
9	木	麦ご飯 煮しめ 千切大根の酢の物	鶏肉 厚揚げ ツナ(水煮)	牛乳 野菜昆布 刻み昆布	にんじん にんじん	ごぼう しいたけ こんにゃく 青豆 千切大根 きゅうり	米 麦 さといも 砂糖 砂糖	ごま	酒 煮干しだし みりん しょうゆ 酢 しょうゆ	729 kcal 31.1 g
10	金	麦ご飯 八宝菜 バンバンジーサラダ	豚肉 えび 鶏ささみ	牛乳	にんじん たら ピーマン(青・赤・黄・橙) にんじん	たまねぎ しいたけ キャベツ にんにく きゅうり もやし	米 麦 てん粉 砂糖	ごま油 ごま ごま油	酒 鶏がらスープ しょうゆ オイスターソース 酢 しょうゆ 塩	679 kcal 33.7 g
13	月	麦ご飯 野菜とフォアのスープ 豚肉のソース焼き	ベーコン 豚肉	牛乳	にんじん チンゲンサイ にんじん ピーマン	しいたけ もやし しょうが たまねぎ エリンギ	米 麦 ひらめんビーフン(米・てんぷん) てん粉	サラダ油	鶏がらスープ しょうゆ 塩 こしょう 酒 みりん しょうゆ ウスターソース 塩 こしょう	690 kcal 28.5 g
14	火	麦ご飯 五目煮 洋風白和え	鶏肉 大豆 豆腐 みそ ツナ(水煮)	牛乳 野菜昆布	にんじん にんじん ほうれんそう	ごぼう こんにゃく しいたけ 青豆 きゅうり	米 麦 じゃがいも 砂糖 砂糖	サラダ油 ノンエッグマヨネーズ ごま	酒 しょうゆ みりん 酢 しょうゆ	767 kcal 34.1 g
15	水	黒糖パン じゃがいものミートソース煮 日向夏ドレッシングサラダ	鶏肉 ひよこ豆 ハム	牛乳	にんじん にんじん	たまねぎ しめじ グリンピース にんにく きゅうり キャベツ	黒糖パン じゃがいも 砂糖	サラダ油	赤ワイン 鶏がらスープ ケチャップ トマトピューレ しょうゆ ウスターソース 洋風スープストック 日向夏ドレッシング	756 kcal 34.1 g
16	木	麦ご飯 豚肉と厚揚げのみそ煮 きゅうりとわかめの酢の物	豚肉 厚揚げ みそ	牛乳 わかめ	にんじん にんじん	ごぼう しいたけ こんにゃく 青豆 きゅうり キャベツ	米 麦 じゃがいも 砂糖 砂糖	サラダ油 ごま	酒 みりん しょうゆ 酢 しょうゆ	748 kcal 31.8 g
17	金	麦ご飯 ジュリアンスープ 魚のケチャップ和え	ベーコン さわら	牛乳	にんじん にんじん	たまねぎ キャベツ えのきたけ にんにく たまねぎ コーン 青豆	米 麦 じゃがいも てん粉 砂糖	菜種油 サラダ油	鶏がらスープ しょうゆ 塩 こしょう 塩 こしょう 酒 みりん しょうゆ ケチャップ	805 kcal 31 g
20	月	減量麦ご飯 わかめうどん いんげんのごま和え	鶏肉 かまぼこ(いとり・たら) 油揚げ ツナ(水煮)	牛乳 わかめ	にんじん いんげん にんじん	えのきたけ ねぎ キャベツ	米 麦 うどん 砂糖	ごま	酒 煮干しだし しょうゆ みりん 塩 しょうゆ	687 kcal 30.1 g
21	火	麦ご飯 豆腐のみそ汁 豚キムチ丼	豆腐 油揚げ みそ 豚肉	牛乳	にんじん ピーマン	たまねぎ ねぎ もやし しめじ にんにく 白菜キムチ	米 麦 じゃがいも 砂糖 てん粉	ごま油	煮干しだし しょうゆ 酒 オイスターソース	702 kcal 32.5 g
22	水	コッペパン 鶏肉のトマト煮 ごぼうのかみかみサラダ	鶏肉 ベーコン 白いんげん豆 ツナ(水煮)	牛乳	にんじん トマト にんじん	たまねぎ しめじ にんにく ごぼう きゅうり コーン	コッペパン じゃがいも 砂糖	サラダ油 ノンエッグマヨネーズ ごま	ケチャップ ウスターソース デミグラスソース 赤ワイン しょうゆ	859 kcal 38.6 g
23	木	麦ご飯 じゃがいものそぼろ煮 ほうれんそうとコーンのおひたし	鶏肉 厚揚げ ツナ(水煮)	牛乳	にんじん ほうれんそう にんじん	ごぼう しいたけ 青豆 コーン キャベツ	米 麦 じゃがいも 砂糖 砂糖	サラダ油	酒 しょうゆ みりん 和風だしの素 しょうゆ	762 kcal 33.1 g
24	金	麦ご飯 レタススープ 魚のピリ辛フル	ベーコン 豆腐 卵 しいら	牛乳	にんじん ほうれんそう ピーマン(青・赤・黄・橙)	レタス えのきたけ たまねぎ たけのこ にんにく	米 麦 てん粉 砂糖	菜種油 サラダ油 ごま油	鶏がらスープ しょうゆ 塩 こしょう 酒 塩 こしょう 酢 しょうゆ トウバンジャン	776 kcal 35.9 g
27	月	麦ご飯 鶏肉のピリ辛煮 ひよこ豆サラダ	鶏肉 油揚げ ひよこ豆	牛乳	にんじん チンゲンサイ にんじん	れんこん たけのこ しめじ にんにく しょうが コーン きゅうり キャベツ 青豆	米 麦 じゃがいも 砂糖	サラダ油	酒 中華スープストック しょうゆ オイスターソース トウバンジャン たまねぎドレッシング	700 kcal 30.6 g
28	火	麦ご飯 豚汁 ひじきの炒め煮	豚肉 豆腐 みそ 大豆 てんぷら(いとり・アジ)	牛乳 ひじき	にんじん にんじん いんげん	たまねぎ こんにゃく ごぼう しいたけ しょうが ねぎ	米 麦 じゃがいも 砂糖	サラダ油	煮干しだし みりん しょうゆ	688 kcal 31 g
29	水	ミルクパン アスパラのクリーム煮 ズッキーニのサラダ	ベーコン ハム	牛乳 牛乳	にんじん アスパラガス にんじん	エリンギ たまねぎ ズッキーニ キャベツ	ミルクパン マカロニ 米粉 砂糖	サラダ油 バター サラダ油	塩 こしょう 鶏がらスープ 洋風スープストック 白ワイン 酢 しょうゆ 塩 こしょう	712 kcal 28.5 g
30	木	麦ご飯 炒り豆腐 甘酢和え	豆腐 鶏肉 卵 ツナ(水煮)	牛乳 茎わかめ	にんじん たら にんじん	たまねぎ ごぼう しいたけ きゅうり キャベツ	米 麦 砂糖 砂糖	サラダ油 ごま	しょうゆ 酒 酢 しょうゆ	762 kcal 36.1 g
31	金	麦ご飯 シェントウジャン 鶏肉とたけのこの揚げ煮	厚揚げ 豆乳 鶏肉	牛乳	にんじん	キャベツ しいたけ ねぎ たけのこ たまねぎ しょうが 青豆	米 麦 てん粉 砂糖	ごま油 菜種油 サラダ油 ごま	鶏がらスープ しょうゆ 塩 酢 中華スープストック 塩 こしょう みりん しょうゆ 酒	765 kcal 32 g

【食品の原材料一覧】

商品名	原材料
ポークピッツ	豚肉、豚脂肪、てん粉、植物性たん白(大豆)、水あめ、ぶどう糖、食塩、香辛料、酵母エキス、グルタミン酸Na、リン酸塩(Na)、ビタミンC、亜硝酸Na、くん液、その他(ケーシング)
五穀豆と五穀	えんどう、ガルバンゾー、レンズ豆、大豆、あずき、押麦、もち麦、玄米、赤米、たかきび、還元てん粉分解物、硫酸第一鉄
いわし甘露煮	いわし、砂糖、しょうゆ(小麦、大豆)、本みりん、てん粉、グラニュー糖、蜂蜜、食塩、水
ミニたい焼き	あん(砂糖、小豆)、小麦粉、砂糖、ぶどう糖、どうもち粉、植物油、米粉、食塩、膨張剤、増粘剤(グァーガム)、(調整水)
米粉のカレーフレーク	米粉、砂糖、ぶどう糖、食用油脂(ラード・パーム)、カレー粉、食塩、オニオンパウダー、トマトペースト、ガーリックパウダー、酵母エキス、カラメル色素
ペーストチャツネ	水あめ、砂糖、ぶどう糖、りんご加工品、デーツピューレ、酢、香辛料、にんにくペースト、塩、酸味料
野菜ボール	[赤]エソすり身、てん粉、にんじん、砂糖、食塩、魚醤(カタクチイワシ)、酵母エキス、カロチノイド色素、水[緑]エソすり身、てん粉、砂糖、植物油(なたね)、食塩、ほうれん草パウダー、魚醤(カタクチイワシ)、酵母エキス、水[黄]エソすり身、どうもち粉、てん粉、砂糖、食塩、魚醤(カタクチイワシ)、酵母エキス、水

商品名	原材料
日向夏ドレッシング	食用植物油(なたね・大豆)、日向夏みかん果汁、調味酢(小麦)、しょうゆ(小麦、大豆)、調味料(アミノ酸等)、カラシ抽出物(大豆)
たまねぎドレッシング	調味酢、しょうゆ(小麦、大豆)、食用植物油(大豆・なたね)、玉ねぎ、砂糖、椎茸、かつおだし(豚肉)、にんにく
マイルドデミグラスソース	ブラウンルウ(小麦、ラード)トマトペースト、ソテッドオニオン(たまねぎ・大豆油)、チキンエキス、にんじん、砂糖、酵母エキス、てん粉(どうもち粉)、食塩、香辛料(黒こしょう)、水
ノンエッグマヨネーズ	食用植物油(なたね・大豆)、醸造酢、食塩、砂糖、粉末状植物性たん白(大豆)、香辛料(マスタード)、酵母エキスパウダー、増粘剤(加工でん粉、キサンタンガム)、調味料(有機酸等)、香辛料抽出物、水