



平成29年 5月分 中学校給食献立予定表



一宮市教育委員会学校給食課
一宮市立〇〇〇〇中学校

日 曜	献立名	主に体の組織を作る食品		主に体の機能を調節する食品		主に体の熱源となる食品		アレルギー義務表示				
		1群 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 牛乳・乳製品 小魚・海そつ	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖	6群 油脂 種実	卵	小麦	そば	花生	
1月	菜飯			ひろしまな・きょうな・だいこんば		米・砂糖						
	牛乳		牛乳					○				
	高野とうふの卵とし	高野とうふ・鶏肉・卵		にんじん・みつば	たまねぎ	砂糖		○				
	えび団子汁	えび団子		こまつな	ねぎ・はくさい・しょうが・えのきたけ	しらたき			○			
2火	白飯					米						
	牛乳		牛乳					○				
	宗田かつおのおかか煮	かつお・かつお削り節			しょうが	砂糖・でん粉						
	梅和え				キャベツ・きゅうり・梅干し							
	若竹汁	とうふ	わかめ	にんじん	たけのこ・えのきたけ・ねぎ							
	ちまき					ちまき						
8月	白飯					米						
	牛乳		牛乳					○				
	さけのレモン煮	さけ			レモン	でん粉・砂糖	油					
	磯香和え		きざみのり	こまつな	はくさい	砂糖						
9火	豚汁	豚肉・とうふ・みそ		にんじん	だいこん・ごぼう・ねぎ	さといも・こんにゃく						
	ソフトめん					ソフトめん					○	
	カレーソフトめん	豚肉		にんじん	たまねぎ・しょうが・にんにく・グリーンピース	カレールー	油				○	
	牛乳		牛乳								○	
	コーンフライ				とうもろこし	小麦粉・パン粉・砂糖	油				○	
10水	アスパラサラダ	ツナ		アスパラガス・パプリカ	キャベツ		ドレッシング					
	キムチチャーハン	豚肉		にら	りんご・キムチ・たまねぎ	米・大麦	油					
	牛乳		牛乳								○	
	ワンタンスープ	鶏肉		チンゲンサイ	とうもろこし・干しいたけ・もやし・たけのこ	ワンタンの皮					○	
11木	フルーツ杏仁				パイン・みかん・もも	豆乳杏仁とうふ・砂糖						
	クロスロール					クロスロールパン					○	○
	牛乳		牛乳								○	
	ハムステーキ	鶏肉・豚肉				でん粉・砂糖	油・豚脂					
	愛知の野菜 ゴロゴロラタトゥイユ			トマト・パプリカ	たまねぎ・なす・エリンギ・にんにく	砂糖	オリーブ油					
コンソメスープ	ベーコン		にんじん・パセリ	キャベツ・とうもろこし	じゃがいも							
12金	白飯					米						
	牛乳		牛乳								○	
	厚焼き卵	卵				でん粉・砂糖	油				○	
	おひたし			ほうれんそう	もやし	砂糖						
	新じゃがいものそぼろ煮	鶏肉・ちくわ		さやいんげん・にんじん	たまねぎ	じゃがいも・砂糖・こんにゃく						
15月	白飯					米						
	牛乳		牛乳								○	
	手巻きご飯の具 (िकासティック・2本)	いか			しょうが	でん粉	油					
	(ツナ和え)	ツナ		みずな	キャベツ・きゅうり		マヨネーズ				○	
	手巻のり		のり									
けんちん汁	鶏肉・生揚げ		にんじん	だいこん・ごぼう・ねぎ	さといも・こんにゃく							
16火	麦ご飯					米・大麦						
	牛乳		牛乳								○	
	ホイコーロー	豚肉・みそ		にんじん・ピーマン	キャベツ・たけのこ・ねぎ しめじ・しょうが・にんにく	砂糖	油					
	スーミータン	卵・ハム		チンゲンサイ	とうもろこし・もやし	でん粉	ごま油				○	
ヨーグルト		ヨーグルト								○		
17水	白飯					米						
	牛乳		牛乳								○	
	愛知の肉団子・3個	豚肉・鶏肉			たまねぎ・れんこん・ふき・しょうが	砂糖・でん粉	油					
	こがね和え			こまつな	はくさい・とうもろこし	砂糖						
沢煮わん	豚肉・油揚げ		にんじん	だいこん・ねぎ・たけのこ・ごぼう								

★献立紹介★
11日(木)「愛知の野菜ゴロゴロラタトゥイユ」は、木曽川中学校の生徒が考えてくれた献立です。工夫した点は、ズッキーニの代わりに愛知県で栽培が盛んである「なす」を使用したところです。

★給食レシピ紹介★
一宮市では、学校給食課のウェブページに「好評献立」を掲載しています。給食の味を家庭でも再現できるように、分量や作り方が分かるようになっています。



QRコードを読み取り





平成29年 5月分 中学校給食献立予定表



一宮市教育委員会学校給食課

一宮市立〇〇〇〇中学校

日 曜	献立名	主に体の組織を作る食品		主に体の機能を調節する食品		主に体の熱源となる食品		アレルギー-義務表示						
		1群 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 牛乳・乳製品 小魚・海そう	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖	6群 油脂 種実	卵	乳	小 麦	え び	か に	そ ば	落 花 生
18 木	白玉うどん					白玉うどん								
	山菜うどん	油揚げ・かまぼこ・鶏肉		にんじん	わらび・ぜんまい・たけのこ えのきたけ・干しいたけ・ねぎ									
	牛乳		牛乳											
	ちくわの磯辺揚げ・3本	ちくわ	青のり			小麦粉	油							
	花野菜のおかか和え	かつお削り節		ブロッコリー	カリフラワー									
19 金	白飯					米								
	牛乳		牛乳											
	揚げぎょうざ・3個	豚肉		にら	キャベツ・たまねぎ・にんにく	パン粉・でん粉・砂糖・小麦粉	油・豚脂							
	ナムル			チンゲンサイ	もやし	砂糖	ごま油							
	八宝菜	豚肉・いか・えび		にんじん	はくさい・たまねぎ・たけのこ・干しいたけ	砂糖・でん粉								
22 月	ご飯					米								
	牛乳		牛乳											
	さわらの照り焼き	さわら			しょうが	砂糖・でん粉	油							
	ひじきの煮物	鶏肉・高野どうふ	ひじき	にんじん・さやいんげん	とうもろこし	砂糖								
	ゆばのすまし汁	ゆば・かまぼこ・とうふ		みつば	えのきたけ・はくさい									
23 火	白飯					米								
	牛乳		牛乳											
	鶏肉のから揚げ・2個	鶏肉			にんにく	でん粉	油							
	アスパラといんげんのごまがつお	かつお削り節		アスパラガス・さやいんげん		砂糖	ごま							
	切り干しだいこんのみそ汁	油揚げ・みそ			切り干しだいこん・ごぼう・ねぎ	さといも・こんにゃく								
24 水	麦ご飯					米・大麦								
	牛乳		牛乳											
	カレーライス	豚肉		にんじん	たまねぎ・にんにく・しょうが・グリーンピース	じゃがいも・カレールウ	油							
	福神漬				福神漬									
	豆まめポパイサラダ	大豆・ハム		ほうれんそう	キャベツ		ごま・マヨネーズ							
25 木	小型ロール					小型ロールパン								
	牛乳		牛乳											
	焼きそば	豚肉		にんじん	キャベツ・しょうが	焼きそばめん	油							
	バンバンジーサラダ	鶏肉		チンゲンサイ	もやし・きゅうり		ドレッシング							
	カットパイ				パイ									
26 金	白飯					米								
	牛乳		牛乳											
	さばの銀紙焼き	さば・みそ				砂糖・米粉								
	昆布和え		こんぶ	にんじん	キャベツ									
	豚肉と大根の煮物	豚肉・はんぺん		にんじん・さやいんげん	だいこん・しょうが	こんにゃく・砂糖	油							
29 月	白飯					米								
	牛乳		牛乳											
	ホキの黒酢煮	ホキ		にんじん・ピーマン	しょうが・たまねぎ・たけのこ	でん粉・砂糖	油							
	ちゃんこ汁	鶏団子・焼きどうふ			はくさい・えのきたけ・ねぎ・しょうが	しらたき								
30 火	白飯					米								
	牛乳		牛乳											
	春巻き	豚肉		にんじん・にら	キャベツ・もやし・エリンギ	でん粉・砂糖・小麦粉	ごま油・油							
	いためビーフン	豚肉		チンゲンサイ	キャベツ・たまねぎ・干しいたけ・しょうが・にんにく	ビーフン	ごま油・油							
	ごま豆乳スープ	鶏肉・とうふ・豆乳	わかめ	にんじん	はくさい・えのきたけ		ごま							
31 水	白飯					米								
	牛乳		牛乳											
	ハンバーグおろしソースかけ	鶏肉・豚肉			たまねぎ・だいこん	マッシュポテト・砂糖	豚脂・油							
	骨太和え		ちりめんじゃこ	こまつな・にんじん	もやし	砂糖								
	新たまねぎのみそ汁	みそ	わかめ	にんじん	たまねぎ・はくさい・ねぎ	じゃがいも								

お知らせ

- ① 一宮市の給食では「そば・落花生」を使用していません。
- ② 2日・8日・17日・22日・23日・26日・29日・31日のおかずの原料には、「乳・卵・小麦・えび・かに」を含んでいません。ただし、調味料に含まれる場合があります。
- ③ アレルギー表示について・・・しょうゆ等の調味料に、微量に含まれるアレルゲンについては明記していません。詳しくは学校栄養士にお問い合わせください。