令和7年5月　学校給食献立予定表

加西市学校給食センター

1日(木)	2日(金)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	19日(月)
ごはん 牛乳 チャプチェ わかめスープ きゅうりのごましょうゆづけ	ごはん 牛乳・かしわもち かつおカツ みそしる ほうれんそうのひじきあえ **【こどもの日献立】**	ごはん 牛乳 ししゃもフリッター つくねじる もやしのしおこんぶあえ	ごはん 牛乳 タンドリーチキン オニオンスープ マカロニサラダ	ごはん 牛乳 チキンカレー ほうれんそうととうふのサラダ ふくじんづけ	ごはん 牛乳 ガーリックチキン キャベツスープ ナムル	ごはん 牛乳 みそチキンカツ すましじる はるさめサラダ	パン 牛乳 チリコンカン やさいスープ ブロッコリーのごまあえ アセロラゼリー	ごはん 牛乳 とりにくのしおこうじやき だいこんのみそしる キャベツのおかかあえ	ごはん 牛乳 キムチいため とうふスープ ごぼうサラダ	ごはん 牛乳 マーボーどうふ あげシューマイ ちゅうかサラダ
○ ぶたにく □ はるさめ △ にんにくのめ(加西産) △ にんじん △ しょうが △ ハリマおうにんにく(加西産) こいくちしょうゆ (小) □ さとう トウバンジャン しお こしょう □ サラダあぶら ○ チキン・ポークハム ○ わかめ ○ とうふ △ たまねぎ △ コーン ポークブイヨン チキンブイヨン うすくちしょうゆ (小) しお こしょう さけ △ きゅうり □ さとう うすくちしょうゆ (小) す □ ごまあぶら □ いりごま	○ かつおカツ 小 □ あぶら ウスターソース トンカツソース □ さとう □ でんぷん ○ とうふ △ たまねぎ △ にんじん △ ねぎ ○ あぶらあげ にぼしだし ○ みそ △ ほうれんそう △ もやし ○ あじつけひじき (小) うすくちしょうゆ (小) □ さとう □ かしわもち	○ ししゃもフリッター 小 （1人2尾） ○ とりつくね △ だいこん △ たまねぎ(加西産) △ にんじん △ ねぎ にぼしだし ○ みそ △ もやし △ きゅうり △ にんじん ○ しおこんぶ (小) うすくちしょうゆ (小) しお	○ とりにく しお こしょう △ ハリマおうにんにく(加西産) さけ カレーこ △ トマトケチャップ □ さとう こいくちしょうゆ (小) ○ やきぶた (小) △ たまねぎ △ にんじん ポークブイヨン チキンブイヨン うすくちしょうゆ (小) こいくちしょうゆ (小) しお こしょう □ マカロニ 小 △ きゅうり △ にんじん ○ ツナ □ オリーブオイル しお こしょう す □ マヨネーズ	○ とりにく △ たまねぎ □ じゃがいも △ にんじん △ トマトピューレ △ しょうが □ カレールウ チキンブイヨン △ すりおろしりんご ウスターソース トンカツソース カレーこ △ ハリマおうにんにく(加西産) あかワイン こいくちしょうゆ (小) □ サラダあぶら しお こしょう △ ほうれんそう ○ とうふ △ にんじん △ コーン しお あおじそドレッシング (小) △ ふくじんづけ 小	○ とりにく しお こしょう こいくちしょうゆ (小) さけ △ ハリマおうにんにく(加西産) ○ チキン・ポークハム △ キャベツ △ たまねぎ(加西産) △ にんじん ポークブイヨン チキンブイヨン にぼしだし うすくちしょうゆ (小) しお こしょう △ もやし △ ほうれんそう △ にんじん うすくちしょうゆ (小) □ さとう す □ ごまあぶら △ おろしにんにく	○ チキンカツ □ あぶら ○ みそ □ さとう ウスターソース さけ みりん コチュジャン ○ とうふ ○ ひらてん △ にんじん △ たまねぎ △ えのきたけ △ ねぎ にぼしだし ○ だしこんぶ うすくちしょうゆ (小) しお □ はるさめ △ キャベツ △ きゅうり ○ チキンハム す うすくちしょうゆ (小) □ さとう □ ごまあぶら	○ とりにく △ ハリマおうにんにく(加西産) ○ だいず △ たまねぎ △ トマトピューレ △ バジルペースト △ トマトケチャップ チリパウダー チキンブイヨン ウスターソース しお こしょう □ サラダあぶら □ さとう △ だいこん △ たまねぎ □ じゃがいも △ にんじん チキンブイヨン コンソメ うすくちしょうゆ (小) しお こしょう △ ブロッコリー □ すりごま うすくちしょうゆ (小) □ さとう □ アセロラゼリー	○ とりにく しおこうじ しお こしょう △ だいこん △ たまねぎ △ にんじん △ しめじ △ ねぎ にぼしだし ○ みそ △ キャベツ(加西産) △ こまつな △ にんじん ○ かつおぶし □ さとう うすくちしょうゆ (小) こいくちしょうゆ (小)	○ ぶたにく △ キムチ △ たまねぎ △ にら △ ハリマおうにんにく(加西産) こいくちしょうゆ (小) しお こしょう □ サラダあぶら ○ とうふ ○ チキン・ポークハム △ にんじん △ たまねぎ △ ほししいたけ △ ねぎ ポークブイヨン にぼしだし うすくちしょうゆ (小) こいくちしょうゆ (小) しお こしょう □ でんぷん △ ごぼう △ にんじん △ きゅうり ○ ツナ こいくちしょうゆ (小) □ ごまドレッシング	○ とりにく ○ とうふ □ はるさめ △ たまねぎ(加西産) △ にんじん △ ほししいたけ △ しょうが △ ねぎ ○ みそ こいくちしょうゆ (小) □ さとう トウバンジャン テンメンジャン(ごま油) (小) チキンブイヨン さけ □ ごまあぶら □ でんぷん ○ シューマイ 小 （1人2個） □ あぶら △ キャベツ(加西産) △ にんじん △ きゅうり ○ チキンハム △ きくらげ(加西産) す うすくちしょうゆ (小) □ さとう □ ごまあぶら

20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)	26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)
ごはん 牛乳 さばのしょうがに とうふのみそしる きゅうりのすのもの	ごはん 牛乳 とりにくのねぎソースがけ はるさめスープ にんじんサラダ	**中間テスト** **（給食なし）**	しそごはん 牛乳 こうやのにもの あかだし もやしのナムル	減量ごはん 牛乳 とりにくのあまからに しろごまタンタンうどん こまつなのおひたし	ごはん 牛乳 さけのしおやき さといもいりぶたじる きんぴらごぼう	パン 牛乳 ハンバーグ とうにゅうコーンスープ ハムサラダ	ごはん 牛乳 オムレツ ハヤシライス こんにゃくサラダ	ごはん 牛乳 しおからあげ ちゅうかスープ ブロッコリーとしらすのサラダ あじつけのり
○ さば さけ こいくちしょうゆ (小) □ さとう みりん △ しょうが △ たまねぎ ○ とうふ △ にんじん △ ねぎ ○ あぶらあげ にぼしだし ○ みそ △ きゅうり ○ わかめ ○ かまぼこ うすくちしょうゆ (小) す □ さとう	○ とりにく しお こしょう △ しょうが △ ねぎ □ さとう こいくちしょうゆ (小) みりん さけ □ でんぷん ○ チキン・ポークハム □ はるさめ △ たまねぎ(加西産) △ ほししいたけ △ キャベツ(加西産) △ コーン △ ねぎ チキンブイヨン ポークブイヨン うすくちしょうゆ (小) こいくちしょうゆ (小) しお こしょう □ ごまあぶら △ にんじん ○ ツナ うすくちしょうゆ (小) しお こしょう りんごす □ さとう □ オリーブオイル		△ しそごはんのもと ○ とりにく ○ こうやどうふ ○ ちくわ △ にんじん △ さやいんげん にぼしだし □ さとう こいくちしょうゆ (小) うすくちしょうゆ (小) みりん △ たまねぎ ○ とうふ △ にんじん △ だいこん △ ねぎ にぼしだし ○ あかみそ △ もやし △ きゅうり △ コーン うすくちしょうゆ (小) □ さとう す □ ごまあぶら △ おろしにんにく	○ とりにく △ ハリマおうにんにく(加西産) こいくちしょうゆ (小) □ さとう □ ごまあぶら コチュジャン □ うどん 小 △ キャベツ(加西産) △ たまねぎ(加西産) △ にんじん ○ ひらてん △ ねぎ にぼしだし ○ だしこんぶ うすくちしょうゆ (小) こいくちしょうゆ (小) □ さとう □ ねりごま □ すりごま ○ みそ さけ △ こまつな △ にんじん こいくちしょうゆ (小) ○ かつおぶし □ さとう	○ さけ しお ○ ぶたにく △ だいこん □ さといも（加西産） △ にんじん △ ねぎ ○ あぶらあげ △ こんにゃく にぼしだし ○ みそ △ にんじん △ ごぼう ○ ひらてん こいくちしょうゆ (小) □ さとう みりん □ サラダあぶら	○ ハンバーグ △ トマトピューレ □ さとう トンカツソース ウスターソース あかワイン ○ とりにく △ コーン △ うらごしコーン △ たまねぎ(加西産) △ にんじん △ グリンピース チキンブイヨン □ クリームシチュールウ ○ とうにゅう コンソメ しお こしょう △ キャベツ △ にんじん ○ チキンハム △ きゅうり うすくちしょうゆ (小) □ さとう りんごす □ オリーブオイル	○ オムレツ 卵 ○ ぶたにく △ たまねぎ △ にんじん △ しめじ □ ハヤシルウ □ サラダあぶら ポークブイヨン △ トマトケチャップ ウスターソース あかワイン △ ハリマおうにんにく(加西産) しお こしょう △ サラダこんにゃく △ キャベツ △ パプリカ す □ さとう うすくちしょうゆ (小) □ ごまあぶら	○ とりにく さけ □ さとう しお こしょう △ ハリマおうにんにく(加西産) □ でんぷん □ あぶら ○ やきぶた (小) △ たまねぎ △ ほししいたけ △ コーン △ ねぎ △ にんじん ちゅうかスープ(ごま油) うすくちしょうゆ (小) しお こしょう □ ごまあぶら △ ブロッコリー △ たまねぎ ○ ちりめんじゃこ え・か あおじそドレッシング (小) ○ あじつけのり

アレルゲンの表示

卵…鶏卵　**小**…小麦
（小）…調味料の原料小麦　**乳**…牛乳、乳製品
え…えび　**か**…かに　**そ**…そば
落…落花生 **く**…くるみ
（同一施設内で製造している食品は含みません）

※詳しい配合表が必要な場合は、学校に問い合わせください。

○…赤色の食品（体をつくるもとになるもの）
□…黄色の食品（エネルギーのもとになるもの）
△…緑の食品（体の調子を整えるもの）

の日はスプーンがついています。
食品の配合等については、学校に問い合わせください。

物資の都合や警報等による給食の中止で、献立を変更する場合があります。

	小学校	中学校
熱量(kcal)	619	736
たんぱく質(g)	25.0	29.4
脂質(g)	16.6	18.3