

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 こどものひゼリー	遠足 (給食なし)	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	運動会代休	
○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 □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・ボークハム ○わかめ ○とうふ △たまねぎ △コーン ボークフイオン チキンフイオン うすくちしょうゆ しお こしょう さけ △きゅうり □さとう うすくちしょうゆ す □ごまあぶら □いりごま □3層ゼリー (りんご・レモン・サイダー)		○ししゃもフリッター (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 うすくちしょうゆ しお △チキン・ボークハム (小) (小)	○とりにく しお こしょう △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 △たまねぎ △にんじん △ボークフイオン チキンフイオン うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ しお こしょう 小 □マカロニ △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 □カレーウ チキンフイオン △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 □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 さけ (小) △ハリマおうにんにく(加西産) ○チキン・ボークハム △キャベツ △たまねぎ(加西産) △にんじん ボークフイオン チキンフイオン にぼしだし うすくちしょうゆ しお こしょう △もやし △ほうれんそう △にんじん △キャベツ うすくちしょうゆ □さとう す □ごまあぶら △おろしにんにく (小)	○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 △えのきだけ △ねぎ にぼしだし ○だしこんぶ うすくちしょうゆ 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 □さとう □ごまあぶら (小)	○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 △バスルペースト △トマトケチャップ チリパウダー チキンフイオン 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 チキンフイオン コンソメ うすくちしょうゆ しお こしょう △ブロッコリー □すりごま うすくちしょうゆ □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 こいくちしょうゆ (小) (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 しお こしょう □サラダあぶら ○とうふ ○チキン・ボークハム △にんじん △たまねぎ △ほししいたけ △ねぎ ボークフイオン にぼしだし うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ しお こしょう □でんぶん △ごぼう △にんじん △きゅうり ○ツナ こいくちしょうゆ □ごまドレッシング (小)		
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)	アレルギーの表示 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)		
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	ごはん 牛乳 にくみそビーンズ ばちじる こまつなごまあえ	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 こんにやくサラダ	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	※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。		
○さば さけ こいくちしょうゆ □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 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 みりん さけ □でんぶん ○チキン・ボークハム □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 チキンフイオン ボークフイオン うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 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 しお こしょう りんごす □さとう □オリーブオイル	○ぶたにく ○だいず △ねぎ □サラダあぶら □さとう ○みそ ○あかみそ さけ □でんぶん □そうめんばち ○あぶらあげ ○ひらてん △たまねぎ △にんじん △たまねぎ △にんじん △ねぎ ○だしこんぶ にぼしだし うすくちしょうゆ しお △こまつな △にんじん △もやし □すりごま うすくちしょうゆ □さとう	△しそごはんのもと ○とりにく ○こうやとうふ ○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 うすくちしょうゆ 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 □さとう □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) □さとう □ごまあぶら コチュジャン □うどん △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 こいくちしょうゆ □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 ○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 △こんにやく にぼしだし ○みそ △にんじん △ごぼう ○ひらてん □さとう みりん □サラダあぶら (小)	○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 △グリーンピース チキンフイオン □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 □さとう りんごす □オリーブオイル (小)	○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 ボークフイオン △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 △サラダこんにやく △キャベツ △パブリカ す □さとう うすくちしょうゆ □ごまあぶら (小)	○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) □でんぶん □あぶら ○やきぶた △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 しお こしょう □ごまあぶら (小) △ブロッコリー △たまねぎ ○ちりめんじゃこ え・か (小) ○あじつけのり	熱量(kcal)	619	736
たんぱく質(g)		25.0	29.4	脂質(g)		16.6	18.3				