

令和 6 年 5 月 給食カレンダー




島田市立南部学校給食センター

日	献立名	使 わ れ て い る 食 品 と お も な 働 き				エネルギー (kcal) たん白質(g)	備考 欠食校 個数など
		体を作るもとになる食品 (赤色)	体の調子を整える もとになる食品(緑色)	エネルギーの もとになる食品(黄色)	調味料		
1 水	ごはん			こめ		593	六小 八十八夜に ちなんだ献立 
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
	くろはんぺんのおちやてんぷら	くろはんぺん	ちや	こむぎこ 油 でんぶん		754	
	たけのことあらめののもの	とりにく あらめ	たけのこ にんじん さやいんげん	さとう 油	しょうゆ みりん		
	しんじゃがのみそしる	とうふ ぶたにく みそ あぶらあげ	たまねぎ はねぎ	じゃがいも	かつおだし	30.5	
2 木	ごはん			こめ		608	六小 端午の節句に ちなんだ献立 
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
	かつおのかくに	かつお	しょうが	さとう	しょうゆ さけ	787	
	かふうあえ		ほうれんそう もやし にんじん	はるさめ さとう ごま ごま油	しょうゆ す		
	わかたけじる	とうふ あぶらあげ わかめ	たけのこ はねぎ		かつおだし しょうゆ さけ みりん しお		
	かしわもち	かんてん		こめこ あずき さとう でんぶん 油 めん	しお	36.8	
7 火	ひらうどん					608	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
	さんさいうどんつゆ	ぶたにく かまぼこ あぶらあげ	さんさい にんじん しいたけ はねぎ		しょうゆ みりん かつおだし しお	761	
	あじフライ	あじ		パンこ こむぎこ でんぶん 油	しお		
	きりぼしだいこんのごまずあえ		きゅうり にんじん きりぼしだいこん	さとう ごま	しょうゆ す	37.1	
8 水	ごはん			こめ		637	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
	さばのおろしに	さば	だいこん しょうが	さとう でんぶん	しょうゆ みりん	812	
	チンゲンサイとコーンのソテー	ウインナー	キャベツ チンゲンサイ とうもろこし	油	コンソメ しお		
	にらたまスープ	たまご	たまねぎ にんじん にら しめじ	でんぶん	しょうゆ スープストック しお	30.9	
9 木	アップルパン		りんご	パン		631	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
	ツナオムレツ	たまご まぐろ	たまねぎ	油 さとう でんぶん マヨネーズ	しお しょうゆ す	780	
	いそペポテト	あおさ		じゃがいも ごま	しお		
	ポークビーンズ	だいず ぶたにく	たまねぎ にんじん にんにく パセリ	さとう 油	ケチャップ ソース ワイン スープストック しお	34.4	
10 金	ごはん			こめ		636	東小6年 関東地方の 料理
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
	いわしのかばやき	いわし		でんぶん 油 さとう	しょうゆ みりん さけ	818	
	こまつなのソテー	ウインナー	こまつな キャベツ とうもろこし	油	コンソメ しお		
	おっきりこみ	とりにく あぶらあげ とうにゅう	だいこん にんじん ごぼう はねぎ しいたけ	ほうとう さとも	しょうゆ かつおだし みりん しお	31.1	
13 月	むぎごはん			こめ むぎ		585	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
	ぶたにくのしょうがやき	ぶたにく	たまねぎ しょうが しいたけ にんにく	さとう 油 でんぶん	しょうゆ さけ	755	
	たけのことひじきのサラダ (ごまドレッシング)	ひじき	たけのこ にんじん えだまめ	さとう ドレッシング	しょうゆ みりん		
	するがじる	とうふ かまぼこ さくらえび	だいこん えのきたけ はねぎ しょうが		しょうゆ かつおだし しお	36.1	
14 火	しょくパン いちごジャム			パン いちごジャム		624	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
	メンチカツ	ぶたにく ぶたレバー	たまねぎ	パンこ こむぎこ でんぶん 油	しお しょうゆ	784	
	かいそうサラダ (わふうドレッシング)	かいそう	キャベツ きゅうり パプリカ	ドレッシング			
	とうにゅういりポタージュ	とうにゅう ぎゅうにゅう	たまねぎ とうもろこし にんじん パセリ	油	ベシヤメルソース コンソメ がらスープ しお	29.6	
15 水	ごはん			こめ		595	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
	とうふのそぼろあんかけ	とうにゅう とりにく	しょうが	さとう でんぶん 油	しょうゆ	763	
	おひたし	かつおぶし	ほうれんそう キャベツ にんじん		しょうゆ		
	みそけんちんじる	とうふ とりにく みそ あぶらあげ	にんじん ごぼう はねぎ しいたけ	さとも ごま油	かつおだし	33.3	
	チーズ	チーズ					
16 木	ごはん			こめ		604	にくだんご 小 2こ 中 3こ
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
	にくだんごのケチャップかけ	とりにく たまご	たまねぎ	パンこ さとう 油 でんぶん	しょうゆ しお ケチャップ ソース	800	
	きんぴらごぼう	ぶたにく さつまあげ	ごぼう こんにやく にんじん さやいんげん	さとう ごま 油 ごま油	しょうゆ とうがらし		
	はるさめスープ	とりにく	たまねぎ にんじん こまつな しょうが	はるさめ	しょうゆ スープストック さけ しお	31.8	

○物資の購入の都合により献立や使用材料を変更することがあります。

○地場産物を **斜め太字・アンダーライン** で表示しています。

○「地場産物を使った料理+具だくさん島田汁」を組合せた献立を「おしまちゃんランチ  」と名づけ、毎月1回提供していきます。

生産者紹介

< 食物アレルギー関連の留意点 >

○学校給食では、ピーナッツ・そば・キウイフルーツ・いくららは使用しません。

○マヨネーズは卵が入ったものを使用しています。 ○魚介類(しらすほしなど)や海藻には、エビ、イカ、カニ、タコなどが混入する場合があります。

○主食の製造工場では、そば、山芋、大豆、卵、くるみ、ごま、りんご、もも等を使用した製品を製造しています。

○加工食品については十分な表記ができない場合があります。詳細が必要な場合は学校を通して給食センターにお問い合わせください。



令和 6 年 5 月 給食カレンダー



島田市立南部学校給食センター

日	献立名	使 わ れ て い る 食 品 と お も な 働 き				エネルギー (kcal)	備考 欠食校 個数など
		体を作るものになる食品 (赤色)	体の調子を整える ものになる食品(緑色)	エネルギーの ものになる食品(黄色)	調味料		
17 金	ごはん			ごめ		608	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				23.3	
	えだまめコロッケ		にんじん かぼちゃ たまねぎ えだまめ	じゃがいも こむぎこ 油 さとう パンこ でんぶん	しお	801	
	たくあんあえ		キャベツ きゅうり たくあん		あおじそドレッシング	28.2	
おやこに	とりにく たまご ちくわ こうやどつぶ	たまねぎ たけのこ にんじん しいたけ	さとう 油		しょうゆ さけ わふうだし		
20 月	ごはん			ごめ		613	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				25.1	
	とりにくのねぎみそやき	とりにく みそ	ねぶかねぎ にんにく	さとう ごま油	しょうゆ とうがらし	793	
	アスパラとポテトのサラダ (マヨネーズ)		アスパラ とうもろこし	じゃがいも マヨネーズ	しお	31.4	
やさいスープ	ウインナー	たまねぎ キャベツ ごまつな にんじん		がらすूप しょうゆ しお コンソメ			
21 火	ちゅうかめん			めん		608	六中
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				23.7	
	とんこつラーメンスープ	ぶたにく なた	チンゲンサイ にんじん とうもろこし メンマ ねぶかねぎ にんにく しょうが		とんこつラーメンスープ しょうゆ	765	
	はるまき	ぶたにく	にんじん たまねぎ キャベツ しょうが しいたけ	油 はるさめ でんぶん こむぎこ さとう こめこ	しょうゆ しお	28.5	
ナムル		ほうれんそう もやし にんじん	ごま油 ごま さとう	しょうゆ			
22 水	ごはん			ごめ		614	六中 初中
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				23.8	
	ししゃもフライ	ししゃも		パンこ こむぎこ でんぶん 油	しお	761	
	いそあえ	のり	ほうれんそう もやし にんじん	さとう	しょうゆ	27.1	
じゃがいものそばろに	ぶたにく	たまねぎ こんにやく にんじん グリーンピース	じゃがいも さとう	しょうゆ さけ		ししゃもフライ 小1・2年 1こ 小3～中 2こ	
23 木	おちゃマーガリンパン		ちゃ	パン マーガリン		670	六中 初中
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				25.8	
	やさいととうふのハンバーグ	とりにく とうふ	たまねぎ にんじん えだまめ しょうが	パンこ こむぎこ ぎゅうし さとう でんぶん	しょうゆ みりん しお	845	
	ポパイサラダ		ほうれんそう キャベツ とうもろこし	油 さとう	しょうゆ す	31.7	
おおもぎのクリームスープ	ぎゅうにゅう ウインナー	たまねぎ にんじん	おおもぎ 油	ベシヤメルソース ワイン がらすूप しお コンソメ			
24 金	ごはん			ごめ		585	六中3年
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				24.9	
	しろみぎかなのなんばんづけ	たら	ねぶかねぎ	でんぶん 油 さとう ごま油	しょうゆ す とうがらし	747	
	ごまあえ		キャベツ ごまつな にんじん	ごま さとう	しょうゆ	29.5	
こんさいだんごのスープ	とりにく	チンゲンサイ たまねぎ にんじん ごぼう れんこん	さいとも ラード でんぶん 油 さとう	がらすूप しょうゆ しお スープストック			
27 月	ごはん			ごめ		577	六小
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				21.4	
	えびしゅうまい	えび たら	たまねぎ	油 パンこ でんぶん さとう みずあめ こむぎこ	しお	776	
	やさいのレモンじょうゆあえ		キャベツ ほうれんそう レモン	さとう	しょうゆ	28.7	
マーボーはるさめ	ぶたにく みそ	たまねぎ にんじん たけのこ はねぎ しいたけ しょうが にんにく	はるさめ さとう 油 でんぶん	しょうゆ オイスターソース しお ちゅうかスूप トウバンジャン		えびしゅうまい 小 2こ 中 3こ	
(中学のみ)こぎかな	いわし		さとう	しお			
28 火	こくとうパン			パン こくとう		635	島田第一小 児童作成献立
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				21.6	
	ポテトカップグラタン	とうにゅう おから	たまねぎ にんじん とうもろこし ほうれんそう	油 じゃがいも こめこ さとう みずあめ でんぶん	しお	819	
	カラフルサラダ (イタリアドレッシング)		キャベツ きゅうり パプリカ	ドレッシング		26.4	
ミネストローネ	ウインナー だいず	たまねぎ トマト にんじん セロリー	マカロニ さとう	がらすूप しお コンソメ			
29 水	ごはん			ごめ		670	川根小 卒業生の献立
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				30.8	
	とりにくとレバーのあまからあえ ゆかりあえ	とりにく とりレバー	にんにく しょうが きゅうり キャベツ しそ	でんぶん 油 さとう ごま さとう	しょうゆ みりん さけ しお	838	
	ぐたくさんしまだじる	ぶたにく あぶらあげ みそ	たまねぎ にんじん ごぼう しいたけ はねぎ		かつおだし	36.3	
おちゃクリームだいふく	乳	ちや	さとう いんげんまめ みずあめ もちこ じょうしんこ れんにゅう				
30 木	ごはん			ごめ		576	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				24.8	
	あじつけたまご	たまご		さとう	みりん しお	791	
	こんぶあえ	こんぶ	だいこん きゅうり	さとう	しお しょうゆ す	32.2	
なまあげのちゅうかに	なまあげ ぶたにく	チンゲンサイ たけのこ とうもろこし たまねぎ にんじん しいたけ にんにく	さとう でんぶん 油	しょうゆ オイスターソース スープストック			
(中学のみ)ヨーグルト	ヨーグルト						
31 金	むぎごはん			ごめ むぎ		647	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				25.6	
	チキンカレー	とりにく チーズ	たまねぎ にんじん セロリー りんご にんにく	じゃがいも 油	カレールウ ケチャップ しお ソース チャツネ しょうゆ	833	
	だいずとぼしのあげに	だいず にぼし		でんぶん 油 さとう ごま	しょうゆ	30.7	
キャベツサラダ		キャベツ きゅうり とうもろこし	さとう 油	しょうゆ す しお			