

# 5月分予定献立表

東京2020オリンピック・パラリンピック給食(東京2020オリパラ給食)

## 世界の味 ~ギリシャ~



7月から開催予定だった東京2020オリンピック・パラリンピックは、新型コロナウイルスの影響で残念ながら延期になってしまいましたね。ですが、給食ではオリンピック・パラリンピックの文化に親んでもらうため、世界の様々な国の料理を献立にした「オリ・パラ給食」を実施し、盛り上げていきたいと思っております。

第1回目は、1896年に第1回近代オリンピック、2004年に第28回アテネ大会が開催された「ギリシャ」の料理です。ギリシャは地中海に囲われており、スペインやイタリア、モロッコなどの国々の料理とともに「地中海食」と呼ばれています。地中海沿岸の伝統的な料理は、栄養のバランスが良く、また、天竺の人々が一緒にテーブルを囲んで語り合ったり陽気に踊ったりする食事スタイルが評価され、日本の「和食」のようにユネスコの無形文化遺産に登録されています。ギリシャの主食はパンですが、ごはんも食べられています。今回登場するピラフィは、ギリシャのピラフです。レヴィシアスーパはひよこ豆のスープ、ケフテスは肉団子のことです。

月	火	水	木	金
4 みどりの日 	5 こどもの日 	6 振り替休日 	7 ○牛乳 □パン やきそば ○やきそばめん ○ぶたにく ○ちくわ ☆キャベツ ☆にんじん さけ ひじきサラダ ○ひじき ☆ごぼう ☆にんじん ☆きゅうり ☆コーン □ごま しょうゆ さとう みりん ※ドレッシングクラス1ぼん 679kcal	8 ○牛乳 □ごはん ※さけふりかけ はるキャベツとあつあけのみそしる ☆キャベツ ☆にんじん ☆たまねぎ ☆しめじ □じゃがいも ○あつあけ ○みそ だしパック ※きゅうりにくコロッケ 
11 ○牛乳 □パン クリームシチュー ○どりにく ☆たまねぎ ☆にんじん ☆はくさい ☆だいこん ピリからチキンサラダ ○どりにく ○わかめ ☆キャベツ ☆きゅうり ☆にんじん ☆しょうが □ねりごま 621kcal	(1年給食開始) 12 ○牛乳 ※ピラフィ レヴィシアスーパ ○ウイナー ○ひよこ豆 □じゃがいも ☆たまねぎ ☆にんじん ☆コーン ☆いんげん コンソメ こしょう ※ケフテス ケチャップソース(2こ) ※おいわいいちごゼリー 	13 ○牛乳 □ごはん ※つくだに(さばひじき) うすいえんどういりょうふうにくじゃが ○ぶたにく ○ベーコン □じゃがいも ☆たまねぎ ☆にんじん ☆はくさい ちくさあえ ○たまご ☆ほうれんそう ☆もやし ☆キャベツ ☆にんじん □ごま しょうゆ さとう 646kcal	14 ○牛乳 □パン ※マーシャルピンズ フォーのスープ ○どりにく □フォー ☆キャベツ ☆にんじん ☆チンゲンサイ ☆たまねぎ ○※ハムカツ 721kcal	15 ○牛乳 さかなのほねにちゅういししょう □※ゆかりごはん わかたけしる ○どうぶ ○あぶらあげ ○わかめ ☆だけのこ ☆たまねぎ ○さけのしおやき □※かしわもち 
18 ○牛乳 □あげパン □パン はるやさいのポトフ ○どりにく ○ウイナー □じゃがいも ☆たまねぎ ☆キャベツ ※オムレツ(デミグラスソース) ○※オムレツ ☆たまねぎ デミグラスソース ケチャップ 747kcal	19 ○牛乳 ピリからにくみそどん □ごはん ○どりにく ○ぶたにく ○たまご ○こうやどうぶ ☆たまねぎ ☆にんじん ☆しょうが □ごまあぶら ○みそ さとう しょうゆ さけ みりん トウパンジャン ほうれんそうのごまじゃこあえ ○ちりめんじゃこ ○ごま ○あぶらあげ ☆ほうれんそう ☆しょうゆ ☆はくさい 713kcal	20 ○牛乳 □ごはん きしゅうしる ○あぶらあげ ☆だいこん ☆えのきだけ ☆にんじん ☆たまねぎ さばのみそだれかけ ○さば ○みそ さとう みりん さけ かたくりこ ☆にんじん □ごま しょうゆ さとう 665kcal	21 ○牛乳 □パン ナポリタン ○スパゲッティ ○ウイナー ☆たまねぎ ☆しめじ ☆にんじん ☆ピーマン かみかみサラダ ○いか ○ツナ ○かんでん ☆きりぼしだいこん ☆きゅうり ☆コーン ☆れいとうパン 713kcal	22 ○牛乳 □ごはん ひじきのごもくに ○どりにく ○ひじき ○あぶらあげ ○だいす ○ほねく ☆だいこん ☆にんじん ○※ビーフカツ ※とんかつソースクラス1ぼん ○※ミニフィッシュ 721kcal
25 ○牛乳 □こくとうパン クレソンとしいたまねぎのスープ ○ベーコン ○どりにく □じゃがもち ☆たまねぎ ☆クレソン とりのからあげりんごソース(2こ) ○どりにく ☆りんご さけ かたくりこ 690kcal	26 ○牛乳 カレーライス □ごはん ○ぶたにく ☆にんじん ☆たまねぎ □じゃがいも カレールウ ウスターソース コンソメ フルーツポンチ □ゼリー ○かんでん ☆もち ☆パイナップル ☆みかん 	27 ○牛乳 □ごはん はっぼうさい ○ぶたにく ○いか ○うずらたまご ☆にんじん ☆たまねぎ ☆はくさい ☆もやし ☆しょうが □ごまあぶら さけ しょうゆ ちゅうかだし かたくりこ こしょう ○※ごもくしゅうまい(2こ) 652kcal	28 ○牛乳 □パン ※いちごミックスジャム ABCマカロニスープ ○どりにく ○マカロニ ☆だいこん ☆キャベツ ☆たまねぎ ○※クリームチーズいりチキンカツ 671kcal	29 ○牛乳 □ごはん すきやきに ○ぶたにく ○どうぶ □ふ ☆はくさい ☆たまねぎ ☆こんにゃく ☆えのきだけ しょうゆ さとう さけ みりん いとたまごときゅうりのサラダ ○かまぼこ ☆きゅうり ☆キャベツ ☆にんじん ☆コーン □ごまあぶら しょうゆ さとう す 591kcal

□・・・き (ねつやちからのもとなる)    ○・・・あか (ち、にく、ほねをつくる)    ☆・・・みどり (からだのちょうしをととのえる)

\* 材料の都合により、献立を変更する場合があります。  
\* 5月分の給食費引き落としは、6月10日(水)になりますので、よろしくお願ひします。  
\* 未納の方については、和歌山簡易裁判所に支払督促申立を行いますので、ご注意ください。

令和2年度

5月分アレルギー表

岩根中二  
岩出市学校給食共同調理場

日曜	献立名	
7 木	パン 焼きそば ひじきサラダ(ドレッシングクラス1本)	牛乳 パン(小麦 大豆 乳) 焼きそば[焼きそば麺(小麦 大豆 鶏 豚 もも りんご) 豚] ひじきサラダ[ごま 調味料(小麦 大豆)] ドレッシング(ごま 大豆 小麦 りんご 卵 鶏 豚)
8 金	ごはん さけふりかけ 春キャベツと厚揚げのみそ汁 牛肉コロッケ	牛乳 さけふりかけ(小麦 乳 ごま さけ 大豆) 春キャベツと厚揚げのみそ汁[厚揚げ(大豆) 調味料(大豆 さば)] 牛肉コロッケ(小麦 乳 牛 大豆)
11 月	パン クリームシチュー ピリ辛チキンサラダ	牛乳 パン(小麦 大豆 乳) クリームシチュー[鶏 マカロニ(小麦) 牛乳(乳) 調味料(乳 小麦 大豆 鶏 豚)] ピリ辛チキンサラダ[鶏 ごま 調味料(小麦 大豆)]
12 火	ピラフィ レヴィシアスーパ <small>ケフテス ケチャップソース(2個) お祝いいちごゼリー</small>	牛乳 ピラフィ(鶏 大豆) レヴィシアスーパ[ウインナー(豚 鶏 大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] ケフテス ケチャップソース(鶏 豚 大豆) お祝いいちごゼリー(大豆)
13 水	ごはん 佃煮(さばひじき) うすいえんどう入り洋風肉じゃが 千草あえ	牛乳 さばひじき(小麦 ごま さば 大豆) うすいえんどう入り洋風肉じゃが[豚 ベーコン(卵 乳 豚 大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] 千草あえ[卵 ごま 調味料(小麦 大豆)]
14 木	パン マーシャルピンズ フォーのスープ ハムカツ	牛乳 パン(小麦 大豆 乳) マーシャルピンズ(大豆 乳) フォーのスープ[鶏 調味料(小麦 大豆 鶏 豚 ごま)] ハムカツ(豚 鶏 小麦 大豆 乳)
15 金	ゆかりごはん 若竹汁 さけの塩焼き かしわもち	牛乳 ゆかりごはん(無) 若竹汁[豆腐(大豆) 油揚げ(大豆) 調味料(大豆 さば)] さけの塩焼き(さけ) かしわもち(大豆)
18 月	揚げパン 春野菜のポトフ オムレツ(デミグラスソース)	牛乳 揚げパン(小麦 大豆 乳) 春野菜のポトフ[鶏 ウインナー(豚 鶏 大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] オムレツ[オムレツ(小麦 卵 乳 牛 大豆) 調味料(小麦 大豆 牛 豚)]
19 火	ピリ辛肉みそ丼 ほうれん草のごまじゃこあえ	牛乳 ピリ辛肉みそ丼[鶏 豚 卵 高野豆腐(大豆) 調味料(ごま 小麦 大豆)] ほうれん草のごまじゃこあえ[油揚げ(大豆) ごま 調味料(ごま 小麦 大豆)]
20 水	ごはん 紀州汁 さばのみそだれかけ	牛乳 紀州汁[油揚げ(大豆) 調味料(小麦 大豆 さば)] さばのみそだれかけ[さば 調味料(大豆)]
21 木	パン ナポリタン かみかみサラダ 冷凍パイン	牛乳 パン(小麦 大豆 乳) ナポリタン[スパゲッティ(小麦 さけ 大豆) ウインナー(豚 鶏 大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] かみかみサラダ[いか ツナ(大豆) ごま 調味料(小麦 大豆 ごま)] 冷凍パイン(無)
22 金	ごはん ひじきの五目煮 ミニフィッシュ ビーフカツ(とんかつソースクラス1本)	牛乳 ひじきの五目煮[鶏 油揚げ(大豆) 大豆 調味料(小麦 大豆)] ミニフィッシュ(無) ビーフカツ(小麦 乳 牛 大豆 豚) とんかつソース(りんご 大豆)
25 月	黒糖パン クレソンと新玉ねぎのスープ <small>とりのから揚げりんごソース(小2個、中3個)</small>	牛乳 黒糖パン(小麦 大豆 乳) クレソンと新玉ねぎのスープ[ベーコン(卵 乳 豚 大豆) 鶏 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] とりのから揚げりんごソース[鶏 りんご 調味料(小麦 大豆)]
26 火	カレーライス フルーツポンチ	牛乳 カレーライス[豚 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] フルーツポンチ[ゼリー(りんご) もも]
27 水	ごはん 八宝菜 五目しゅうまい(2個)	牛乳 八宝菜[豚 いか うずら卵(卵) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚 ごま)] 五目しゅうまい(小麦 大豆 鶏 豚)
28 木	パン いちごミックスジャム ABCマカロニスーパ クリームチーズ入りチキンカツ	牛乳 パン(小麦 大豆 乳) いちごミックスジャム(りんご) ABCマカロニスーパ[鶏 マカロニ(小麦) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] クリームチーズ入りチキンカツ(小麦 卵 乳 ゼラチン 大豆 鶏)
29 金	ごはん すき焼き煮 糸かまぼこときゅうりのサラダ	牛乳 すき焼き煮[豚 麩(小麦) 豆腐(大豆) 調味料(小麦 大豆)] 糸かまぼこときゅうりのサラダ[かまぼこ(卵 えび かに) 調味料(小麦 大豆 ごま)]

アレルギー物質を含む食品の表示(対象原材料27品目)を基本に表示しています。

卵 乳 小麦 そば 落花生 あわび いか いくら えび オレンジ かに キウイ 牛肉 くるみ  
さけ さば 大豆 鶏肉 豚肉 まつたけ もも やまいも りんご ゼラチン パナナ ごま カシューナッツ

\*牛乳は、アレルギー物質ですが常時使用していますので、表示をしていません。

\* (無)・・・対象原材料27品目が食品に含まれていないことを意味します。

\*コンタミネーション(原材料としては使用されていなくても、製造工程で混入するおそれがある場合や、わかめ等の海藻類に混入している場合等)については記載しておりません。

\*一部 商品名を載せています。