

5月分予定献立表

5月使用予定の
市内産・県内産野菜

ふわとろ長なす、黒あわびだけ
クレソン、うすいえんどう
玉ねぎ、きゅうり、小松菜
ピーマン



岩出市の食材が使われて
いる日は、そうへいちゃん
のイラストをのせ、食材名
を太字にしています。



給食では、節減、節減、節減のものを多く
使用することで地産地消を進めています。



きれいな みじたくで
給食当番

木		金	
1		2	
○牛乳		○牛乳	
□ごはん		□パン	
※かつおふりかけ		はるのポトフ	
うすいえんどういりおやこに		○とりにく	
○とりにく		★たまねぎ	
○たまご		★にんじん	
○こうやどうふ		★キャベツ	
○ひらてん		★アスパラガス	
★たまねぎ		※ハムソテー(ケチャップソース)	
★にんじん		○※ハム	
★うすいえんどう		ケチャップ	
ちくわのおちゃんのはあげ		トマトピューレー	
○ちくわ		りよくちゃ	
★おおむぎわかば		ごむぎこ	
650kcal		597kcal	
8		9	
○牛乳		○牛乳	
□ごはん		□パン	
※かわもち		はるやさいのスバゲッティ	
わかたけじる		○スパゲッティ	
○あぶらあげ		★アスパラガス	
○とうふ		★たけのこ	
○わかめ		○ベーコン	
★たけのこ		★にんじん	
★たまねぎ		★キャベツ	
しろみぎかなのなんばんづけ		★たまねぎ	
○たら		★にんじん	
★ねぎ		ごんにゃくとかいそうのサラダ	
□ごまあぶら		○かいそう	
かたくりこ		★とうもろこし	
610kcal		しそドレッシング	
681kcal		★きゅうり	
625kcal		625kcal	
12		13	
○牛乳		○牛乳	
なすとトマトのキーマカレー		□あげパン	
□ごはん		パン	
○とりにく		グラニューとう	
○ぶたにく		ガルビュールスープ	
○だいたく		○ベーコン	
★たまねぎ		★しめじ	
★にんじん		★たまねぎ	
★ピーマン		★パセリ	
★ふわとろながなす		★にんじん	
★トマト		□じゃがいも	
★しょうが		★キャベツ	
チーズいりコールスローサラダ		□しろういげんまめ	
○チーズ		★だいこん	
★キャベツ		コンソメ	
★きゅうり		★セロリ	
★にんじん		○※スペインふうオムレツ	
★とうもろこし		□ごまあぶら	
★たまねぎ		ワインビネガー	
646kcal		★お	
640kcal		640kcal	
14		15	
○牛乳		○牛乳	
□ごはん		□ごはん	
ごまキムチじる		だんごじる	
○ぶたにく		○にくだんご	
○とうふ		★あぶらあげ	
○あぶらあげ		★えのきだけ	
★にんじん		★にんじん	
★だいこん		★きゅうり	
★ねぎ		★たまねぎ	
★ごぼう		★にんじん	
※とうふハンバーグ(わふうきのソース)		★こまつな	
○※とうふハンバーグ		さばのうめずたつたあげ	
★くらあびだけ		○さば	
★えのきだけ		うめず	
★たまねぎ		さけ	
★しょうが		みりん	
603kcal		さとう	
603kcal		かたくりこ	
696kcal		696kcal	
16		17	
○牛乳		○牛乳	
□パン		□パン	
ボークシチュー		しろいんげんまめのシチュー	
○ぶたにく		○とりにく	
★たまねぎ		★たまねぎ	
★にんじん		★にんじん	
★しょうが		★きゅうり	
★たまねぎ		★しめじ	
★にんじん		★プロッコリー	
★しめじ		コンソメ	
618kcal		618kcal	
18		19	
○牛乳		○牛乳	
□ごはん		□ごはん	
※きゅうり		きゅうりのおかかえ	
○ちくわ		★キャベツ	
○かつおぶし		★しょうゆ	
★きゅうり		さとう	
594kcal		594kcal	
20		21	
○牛乳		○牛乳	
□パン		□ごはん	
きりぼしだいこんのスープ		※ひじきのり	
○ベーコン		じゃがいものそばろに	
★きりぼしだいこん		○とりにく	
★えのきだけ		○ぶたにく	
★キャベツ		★しょうが	
★にんじん		○じゃがいも	
★たまねぎ		★しょうゆ	
しろうみぎかなのラビゴットソース		★にんじん	
○たら		★たまねぎ	
★たまねぎ		★にんじん	
★きゅうり		★しょうゆ	
★トマト		★さけ	
★パセリ		★みりん	
□ごまあぶら		604kcal	
トマトピューレー		604kcal	
604kcal		604kcal	
22		23	
○牛乳		○牛乳	
□ごはん		□パン	
みそワンドンスープ		しろいんげんまめのシチュー	
○にくのワンドン		○とりにく	
★にんじん		★たまねぎ	
★とうもろこし		★にんじん	
★きゅうり		★きゅうり	
★たまねぎ		★しめじ	
★はくさい		★プロッコリー	
かんこくふうやきとり		コンソメ	
○とりにく		※ジビエメンチカツ	
★ねぎ		きれいに手を洗おう!	
★にんじん		610kcal	
★しょうが		610kcal	
□ごま		610kcal	
610kcal		610kcal	
24		25	
○牛乳		○牛乳	
□ごはん		□パン	
なすいりこうやでたんたんとん		ほうれんそうのスープ	
□ごはん		○ベーコン	
○ぶたにく		★ほうれんそう	
○こうやどうふ		★えのきだけ	
★ふわとろながなす		★キャベツ	
★たまねぎ		★にんじん	
★にんじん		★きゅうり	
★しょうが		★たまねぎ	
□ごま		★しょうゆ	
もやしとおおなのナムル		※やきウィンナー(チリビーンズソース)	
★もやし		○※ウィンナー	
★ごまつな		ケチャップ	
★にんじん		○だいす	
★にんじん		★たまねぎ	
★しょうゆ		★トマト	
□ごま		トマトピューレー	
606kcal		かたくりこ	
606kcal		591kcal	
26		27	
○牛乳		○牛乳	
□パン		□パン	
ミネストローネ		※チキンのオープンやき(チーズ)	
○ベーコン		★にんじん	
★だいたく		★じゃがいも	
★たまねぎ		★マカロニ	
★にんじん		★オリーブゆ	
★しょうが		★トマトピューレー	
□ごま		★キャベツ	
トウバンジャン		★セロリ	
606kcal		606kcal	
28		29	
○牛乳		○牛乳	
□ごはん		□パン	
カレーライス		いそに	
□ごはん		○ぶたにく	
○とりにく		★ひじき	
★たまねぎ		○あつあげ	
かみかみサラダ		○はなこ	
○いか		★とうもろこし	
○とりにく		★しょうゆ	
○かんてん		★さけ	
★きりぼしだいこん		★みりん	
★きゅうり		○※かつおカツ	
★キャベツ		★かつお	
637kcal		637kcal	
30		31	
○牛乳		○牛乳	
□パン		□パン	
ほうれんそうのスープ		※やきウィンナー(チリビーンズソース)	
○ベーコン		○※ウィンナー	
★ほうれんそう		ケチャップ	
★えのきだけ		○だいす	
★キャベツ		★たまねぎ	
★にんじん		★トマト	
★きゅうり		トマトピューレー	
★たまねぎ		かたくりこ	
637kcal		637kcal	

□・・き(なつやちからのもとになる)

○・・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。

令和7年度

5 月分アレルギー表

山北上央

岩出市学校給食共同調理場

日 曜	献 立 名	
1 木	ごはん かつおふりかけ 牛乳 うすいえんどう入り親子煮 ちくわのお茶の葉揚げ	かつおふりかけ(ごま 卵 小麦 大豆) うすいえんどう入り親子煮(鶏 卵(卵 小麦 大豆) 高野豆腐(大豆) 調味料(小麦 大豆)) ちくわのお茶の葉揚げ(小麦)
2 金	パン 牛乳 春のポトフ ハムソテー(ケチャップソース)	パン(小麦) 春のポトフ(鶏 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)) ハムソテー(ケチャップソース)(ハム(鶏 豚) 調味料(小麦 大豆))
7 水	ごはん ジョア(ブルーベリー) キャベツと厚揚げの炒め煮 ぎょうざ(2個)	ジョア(乳) キャベツと厚揚げの炒め煮(豚 厚揚げ(大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 ごま)) ぎょうざ(豚 鶏 小麦 大豆)
8 木	ごはん かしわ餅 牛乳 若竹汁 白身魚の南蛮漬け	かしわ餅(無) 若竹汁(油揚げ(大豆) 豆腐(大豆) 調味料(大豆 さば)) 白身魚の南蛮漬け(調味料(小麦 大豆 ごま))
9 金	パン 牛乳 春野菜のスパゲッティ こんにやくと海藻のサラダ	パン(小麦) 春野菜のスパゲッティ(スパゲッティ(小麦) ベーコン(卵 乳 豚 大豆) 調味料(小麦 大豆)) こんにやくと海藻のサラダ(調味料(小麦 大豆))
12 月	なすとトマトのキーマカレー 牛乳 チーズ入りコールスローサラダ	なすとトマトのキーマカレー(大豆肉(大豆) 鶏 豚 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)) チーズ入りコールスローサラダ(チーズ(乳))
13 火	揚げパン 牛乳 ガルビュールスープ スペイン風オムレツ	揚げパン(小麦) ガルビュールスープ(ベーコン(卵 乳 豚 大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)) スペイン風オムレツ(卵 乳 豚)
14 水	ごはん 牛乳 ごまキムチ汁 豆腐ハンバーグ(和風きのこソース)	ごまキムチ汁(豚 豆腐(大豆) 油揚げ(大豆) ごま 調味料(大豆 さば)) 豆腐ハンバーグ(和風きのこソース)(豆腐ハンバーグ(小麦 卵 大豆 鶏 豚) 調味料(小麦 大豆))
15 木	ごはん ジョア 団子汁 さばの梅酢竜田揚げ	ジョア(乳) 団子汁(肉団子(鶏 大豆) 油揚げ(大豆) 調味料(大豆 さば)) さばの梅酢竜田揚げ(さば)
16 金	パン 牛乳 ポークシチュー ごぼうサラダ	パン(小麦) ポークシチュー(豚 大豆 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)) ごぼうサラダ(ごま 調味料(小麦 大豆 りんご))
19 月	ルーローハン 牛乳 華風酢の物	ルーローハン(豚 うずら卵(卵) 調味料(小麦 大豆)) 華風酢の物(ハム(卵 乳 豚 大豆 ゼラチン) 卵(卵 小麦 大豆) 調味料(小麦 大豆 ごま))
20 火	パン 牛乳 切干し大根のスープ 白身魚のラビゴットソース	パン(小麦) 切干し大根のスープ(ベーコン(卵 乳 豚 大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)) 白身魚のラビゴットソース(無)
21 水	ごはん 牛乳 ひじきのり じゃがいものそぼろ煮 きゅうりのおかかあえ	ひじきのり(小麦 大豆) じゃがいものそぼろ煮(鶏 豚 調味料(小麦 大豆)) きゅうりのおかかあえ(調味料(小麦 大豆))
22 木	ごはん ジョア(いちご) みそワタンスープ 韓国風焼きとり	ジョア(乳) みそワタンスープ(肉入りワタタン(小麦 卵 ごま 大豆 豚) 調味料(さば 小麦 大豆 鶏 ごま)) 韓国風焼きとり(鶏 ごま 調味料(小麦 大豆 ごま))
23 金	パン 牛乳 白いんげん豆のシチュー ジビエメンチカツ	パン(小麦) 白いんげん豆のシチュー(鶏 牛乳(乳) 調味料(乳 小麦 大豆 鶏 豚)) ジビエメンチカツ(牛 豚 小麦 大豆)
26 月	なす入り高野で坦々丼 牛乳 もやしと青菜のナムル	なす入り高野で坦々丼(豚 高野豆腐(大豆) ごま 調味料(小麦 大豆 鶏 ごま)) もやしと青菜のナムル(ごま 調味料(小麦 大豆 ごま))
27 火	パン 牛乳 ミネストローネ チキンのオープン焼き(チーズ)	パン(小麦) ミネストローネ(ベーコン(卵 乳 豚 大豆) マカロニ(小麦) 大豆 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)) チキンのオープン焼き(鶏 小麦 乳 大豆)
28 水	牛乳 カレーライス かみかみサラダ	牛乳 カレーライス(鶏 調味料(小麦 大豆 鶏)) かみかみサラダ(いか 鶏 ごま 調味料(ごま 小麦 大豆))
29 木	わかめごはん ジョア いそ煮 かつおカツ	わかめごはん(無) ジョア(乳) いそ煮(豚 厚揚げ(大豆) 大豆 調味料(小麦 大豆)) かつおカツ(小麦 大豆)
30 金	パン 牛乳 ほうれん草のスープ 焼きウインナー(チリビーンズソース)	パン(小麦) ほうれん草のスープ(ベーコン(卵 乳 豚 大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)) 焼きウインナー(チリビーンズソース)(ウインナー(鶏) 大豆)

アレルギー物質を含む食品の表示(対象原材料28品目)を基本に表示しています。

卵 乳 小麦 そば 落花生 えび かに あわび いか いくら オレンジ キウイ 牛肉 くるみ アーモンド

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 バナナ 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28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いません。

* 一部 商品名を載せています。