

5月学校給食予定献立(アレルギー詳細)献立表

1. 予定(アレルギー詳細)献立表は、食品衛生法に定められている27品目を表示しています。

Table with 2 columns: 特定原材料(表示義務)7品目, 特定原材料に準ずる(表示の推奨)20品目. Items include egg, wheat, soybean, etc.

2. 献立名の黒丸印(●)は、食物アレルギー除去食対応児童生徒へ除去食の提供があります。カッコ内の食品は対応アレルゲンを表示しています。

Table with 2 columns: 除去食対応アレルゲン6品目, 卵 乳(乳製品) えび かに いか たこ

- 3. 加工食品に関しては、原材料や調味料ではなく、アレルゲンのみ表示している場合もあります。
4. しょうゆは(小麦・大豆)、酢、特濃酢は(小麦)の成分を含んでいます。
5. 海藻類(あおさ、もずく、ひじき)、しらすやチリメン、カエリなどは、えび・かにが混ざる漁法で採取されていることから、「えび・かに」が混入することがあります。
6. あさりには「かに」が共生しています。
7. 天候やその他の都合により、献立の変更や食材を変更することがあります。

Main menu table with columns: 曜日, 献立名, 赤の食品(血や肉、骨を作る), 黄の食品(熱や力になる), 緑の食品(体の調子を整える), 調味料. Includes items like 牛乳, 鶏肉, 大豆, etc.

Main menu table with columns: 献立名, 牛乳, 牛乳, 調味料, 牛乳, 牛乳, 調味料. Includes items like コッペパン, ミネストローネ, アスパラのバター醤油炒め, etc.

| | | | | | |
|------------------|--------------------|--|-------------------------------|--|------------------------------|
| 18日 (金) | 牛乳 | 牛乳 | | | |
| | ボンゴレスパゲティ | あさり,イカ, ベーコン (豚肉、大豆) | スパゲティ (小麦) だいた油 | こまつな,しめじ,たまねぎ にんじん,にんにく | こしょう,しょうゆ,とりがら,塩, 白ワイン |
| | 野菜ソテー | ぶた肉 | オリーブ油,じゃがいも | ズッキーニ,ブロッコリー 赤ピーマン | こしょう,塩 |
| コザ小 5年生 欠食 | 高菜オムレツ | たまご | でん粉,さとう,植物油脂 | 高菜,唐辛子 | しょうゆ,みりん,塩 だし汁 (小麦,大豆) |
| | 牛乳 | 牛乳 | | | |
| 21日 (月) | ごはん | | 米 | | |
| | デビチとババーのンブシー | チキアギ (大豆),厚あげ (大豆) 結び昆布,デビチ (豚) | だいた油,三温糖 | いんげん,にんじん,パパイア こんにやく | かつお節,しょうゆ,塩 酒,みりん |
| | ●モーウイのウサチー (イカ) | しらす,イカ | 三温糖 | ゴーヤー,シークワサー果汁 モーウイ,もやし | 特濃酢 (小麦) 薄口しょうゆ |
| 越来小 美里中 | 納豆みそ | 麦みそ (大豆),ツナ ひきわり納豆 (大豆) | だいた油,三温糖 アーモンド | ねぎ,しょうが | みりん |
| | くだもの (美里小のみ) | | | くだもの | |
| 22日 (火) | 牛乳 | 牛乳 | | | |
| | コッペパン | 脱脂粉乳 | こむぎこ,さとう ショートニング (大豆) | | イースト 塩 |
| | カレークリームスープ | とり肉,脱脂粉乳 | こむぎこ,じゃがいも マーガリン (乳、大豆、豚肉) | かぼちゃ,こまつな,たまねぎ にんじん | カレー粉,こしょう,とりがら 塩,白ワイン |
| | ブロッコリーサラダ | とりささみ | 白ごま,ごま油,三温糖 | カリフラワー,キャベツ,にんじん きゅうり,ブロッコリー | しょうゆ,塩,酢,りんご酢 |
| コザ小 5年生 欠食 | 魚のコーンクリーム焼き | ホキ | パン粉 (小麦、大豆) | コーン,パセリ | こしょう,塩 |
| | 牛乳 | 牛乳 | | | |
| 23日 (水) | チーズリゾット | あさり,チーズ (乳),牛乳 ベーコン (豚肉、大豆) 脱脂粉乳 | オリーブ油,玄米,米 | エリンギ,しめじ,たまねぎ にんじん,パセリ マッシュルーム | 豚骨,こしょう,塩 |
| | 牛肉とアスパラのソテー | 牛肉 | | アスパラ,たけのこ,にんじん にんにく | こしょう,しょうゆ,塩 オイスターソース (大豆) |
| | 魚のムニエル | しゃけ | こむぎこ,オリーブ油 | | 塩,こしょう,酒 |
| | くだもの (コザ小のみ) | | | くだもの | |
| 24日 (木) | 牛乳 | 牛乳 | | | |
| | むぎごはん | | 米 麦 | | |
| | へちまのみそ汁 | とうふ (大豆) 麦みそ (大豆) | | たまねぎ,にんじん,へちま | かつお節,塩 |
| | きんぴらごぼう | ぶた肉 | 白ごま,だいた油,三温糖 | いんげん,ごぼう,たまねぎ にんじん,しょうが こんにやく | かつお節,しょうゆ,酒 みりん |
| 宮里中 和学級 欠食 | 干草焼き | たまご,チーズ (乳) とり肉 | 植物油脂(大豆) なたね油,さとう,でん粉 | 玉ねぎ,にんじん,しいたけ ほうれんそう | しょうゆ,かつおエキス,塩 |
| | 牛乳 | 牛乳 | | | |
| 25日 (金) | あわごはん | | 米,あわ | | |
| | 中華丼 | ぶた肉,もずく, 厚あげ (大豆) | ごま油,だいた油 でん粉 | しいたけ,たけのこ,はくさい チンゲンサイ,にんじん ヤングコーン,しょうが 糸こんにやく | しょうゆ,塩,酒 オイスターソース (大豆) |
| | 春雨サラダ | ハム (豚,大豆,とり肉) | 白ごま,ごま油,はるさめ 三温糖 | きくらげ,きゅうり,にんじん もやし | 酢,薄口しょうゆ |
| | 魚のチリソースかけ | バス | ごま油,こむぎこ,だいた油 でん粉,三温糖 | 長ねぎ,にんにく,しょうが | こしょう,ケチャップ,塩,酒 チリパウダー |
| 北美小 欠食 | くだもの (美原小のみ) | | | くだもの | |

| | | | | | |
|---------------------------------------|--------------|----------------------------|------------------------------|--------------------------------------|---|
| 28日 (月) コザ小 美里小 美原小 欠食 | 牛乳 | 牛乳 | | | |
| | クープジュージー | こんぶ,ぶた肉 油揚げ (大豆) | だいた油,米 | しいたけ,にんじん | かつお節,塩,豚骨,酒 薄口しょうゆ |
| | ミミガーのみそ和え | ミミガー (豚) 甘口みそ (大豆) | ねりごま,三温糖 | きゅうり,だいこん,にんじん もやし | 酢,みりん |
| | 魚の甘酢かけ | さば | 三温糖,でん粉 | たまねぎ,にんじん しょうが | しょうゆ,酢,みりん 塩,こしょう |
| くだもの (北美小・越来小のみ) | | | くだもの | | |
| 29日 (火) | 牛乳 | 牛乳 | | | |
| | むぎごはん | | 米 麦 | | |
| | シカムドゥチ | カステラかまぼこ (卵,大豆) 三枚肉 (豚) | | しいたけ,とうがら,ねぎ こんにやく,しょうが | 豚骨,かつお節,しょうゆ,塩 |
| | ヌンクー小 | チキアギ (大豆),ぶた肉 厚あげ (大豆) | だいた油,三温糖 | からし菜,しいたけ,だいこん にんじん | かつお節,しょうゆ,塩 みりん |
| コザ小 5年生 欠食 | チキアギ | 糸よりだい スケトウダラ | さとう,トウモロコシでん粉 でん粉 | キャベツ,にんじん,たまねぎ えだまめ (大豆) | 塩 |
| | 牛乳 | 牛乳 | | | |
| 30日 (水) | 牛乳 | 牛乳 | | | |
| | むぎごはん | | 米 麦 | | |
| | じゃがいものそぼろ煮 | チキアギ (大豆) ぶたひき肉,だいた | じゃがいも,だいた油,でん粉 | こまつな,しいたけ,たまねぎ にんじん,木くらげ,だいこん | かつお節,しょうゆ,塩 みりん,酒 |
| | ひじきサラダ | とりささみ,ひじき | 三温糖 | キャベツ,きゅうり シークワサー果汁,にんじん | 酢,薄口しょうゆ |
| 宮里中 和学級 欠食 | 魚の梅みそかけ | さば,甘口みそ (大豆) | 三温糖 | 梅肉 (大豆,りんご) | 酒,みりん |
| | 牛乳 | 牛乳 | | | |
| 31日 (木) | 牛乳 | 牛乳 | | | |
| | むぎごはん | | 米 麦 | | |
| | 中華コーンスープ | | でん粉 | えのきたけ,きくらげ,コーン たまねぎ,にんじん,長ねぎ | こしょう,しょうゆ,とりがら,塩 |
| | ごぼうのチンジャオロース | 牛肉 | でん粉 | ごぼう,にんじん,ピーマン 黄ピーマン,赤ピーマン しょうが | しょうゆ,酒 オイスターソース (大豆) |
| 北美小 欠食 | 春巻き | 植物たんぱく (大豆) ゼラチン | さとう,はるさめ,ごま油 こむぎこ,水あめ,大豆油 | にんじん,キャベツ,たまねぎ | しょうゆ,塩 オイスターソース (大豆) チキンエキス (とり肉) |

5月の給食





新生活期が始まり、早くもひと月が過ぎようとしています。5月は気候が穏やかで過ごしやすい時季ですが、急に気温が上がることもあり、体調管理には注意が必要です。学校のある日はもちろん、休みの日にも3食しっかり食べる習慣をつけて、健康的な生活リズムを身につけましょう。

生活リズムを整えるには...

朝・昼・夜の3食を決まった時間に食べることが大切です。





連休中も早寝・早起きを心がけましょう!