




月	火	水	木	金
			<h3>献立表のアレルギー表示について</h3> <p>・使用材料の左側に、「卵(魚卵は含まない)・乳・小麦・えび」のいずれかが使用されている場合には、その旨を表記しています。</p> <p>・海産物、海産加工品は、えび・かにが生息する域で採取している場合があります。また、えび・かにを捕食している場合があります。</p> <p>・食物アレルギー等の健康上の理由により、加工品の詳しい内容をお知りになりたい方は、学校を通じて「学校給食加工食品配合表等配布申請書」を口給食センターへ提出してください。</p>	
				
				
				

	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	マグネシウム mg	鉄 mg	ビタミンA μgRAE	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg	食物繊維 g	食塩相当量 g
学校給食 摂取基準 (8~9才)	650	エネルギー の13~20%	エネルギー の20~30%	350	50	3.0	200	0.40	0.40	25	4.5 以上	2.0 未満
5月分 平均栄養量	600	24.8 (16.5%)	19.9 (29.9%)	299	76	2.0	162	0.49	0.54	20	5.1	2.1

- ◆おはしは、家から持ってきてください。
- ◆食事の前には、手をきれいに洗いましょう。
- ◆パンの種類および使用食品は、都合により変更することがあります。
- ◆給食の食材につきましては、納品業者等と連携し、安全性に考慮し提供しています。
- ◆お米につきましては、現在、京都産コシヒカリを使用しています。
- ◆野菜等につきましては、地産産物の野菜を優先的に使用していますが、産地をすべて確認し、安全な食材の提供につとめています。
- ◆牛肉については、現在個体識別番号を確認し、安全な牛肉を使用しています。
- ◆23日(月)のビーフカレーの☆印は、ラッキーにんじんが入る日を表しています。



2日	ごはん	こんげつ じ ば さん ぶ つ 今月の地場産物	ひ ぎょう じ しょく こどもの日の行事食	6日	ごはん
<p>わかたけじる 若竹汁</p> <p>とりこく 10 かたかまぼこ(かぶと) 5 かんそうわかめ 0.3 えのきたけ 10 たまねぎ 25 あおねぎ 3 たけのこ 20 小麦 うすくちしょうゆ 5 しお 0.1 けずりぶし 1.7 みず 100</p>	<p>赤魚(メヌケ)の 塩麹焼き</p> <p>あかうお(メヌケ)のしおこうじやき (40g) 1コ なたねあぶら 0.2</p> <p>かしわもち 1コ</p>	<p>たまねぎ</p> <p>キャベツ</p> <p>きゅうり</p> <p>ほししいたけ</p>	<p>5月5日は、こどもの日です。こどもが大きく成長したことを祝う日で、端午の節句ともいいます。みなさんは、こどもの日に食べる物といえば何を思い浮かべますか？今回はこどもの日に食べるお菓子を2つ紹介します。</p> <p>●ちまき ちまきは、もち米などからつくったもちを笹の葉で包んだお菓子です。平安時代に中国から伝わったちまきは、5月5日に亡くなった中国の有能な政治家であり詩人であった屈原への供え物としてつくられたのが始まりとされています。</p> <p>●かしわもち かしわもち、柏の葉にもちを包んだ日本で生まれたお菓子です。柏の葉は、新しい芽が出るまで古い葉が落ちないことから縁起がよいとされています。</p>	<p>肉じゃが</p> <p>ぎゅうにく 20 つきこんやく 20 じゃがいも 60 たまねぎ 40 にんじん 10 さやいんげん 5 みりん 1 さとう 3 小麦 こいくちしょうゆ 4.5 しお 0.1 なたねあぶら 0.3 けずりぶし 0.7 みず 40</p>	<p>鶏肉の ゆずこしょう炒め</p> <p>とりこく 25 キャベツ 20 にんじん 5 エリンギ 5 おさけ 1 小麦 こいくちしょうゆ 0.8 ゆずこしょう 0.2 なたねあぶら 0.2</p>

9日	減量ごはん	10日 (小麦・乳)コッパン	11日	ごはん	12日 (小麦・乳)パインパン	13日	わかめごはん
<p>野菜うどん</p> <p>とりこく 15 かまぼこ 5 かんそうわかめ 0.7 小麦 うどん 50 たまねぎ 10 はくさい 20 だいこん 15 にんじん 5 こまつな 5 さとう 0.2 しお 0.1 小麦 うすくちしょうゆ 6 けずりぶし 1.7 みず 100</p>	<p>焼肉風炒め</p> <p>ぎゅうにく 25 たまねぎ 30 ピーマン 5 にんにく 0.03 りんごピューレ 2 おさけ 0.4 かきあぶら 0.2 みりん 0.3 こしょう 0.01 小麦 こいくちしょうゆ 1.5 さとう 0.9 しお 0.1 なたねあぶら 0.2</p>	<p>ミネストローネ</p> <p>ローズハム 10 たまねぎ 30 キャベツ 40 にんじん 10 トマトみずに 15 ポークパイオン 15 あかワイン 1 ローリエ 0.01 こしょう 0.03 トマトケチャップ 4 小麦 うすくちしょうゆ 2 しお 0.5 さとう 0.3 みず 50</p>	<p>アスパラ入り チキンカレー</p> <p>とりこく 20 ひよこまめ 10 じゃがいも 30 アスパラガス 15 たまねぎ 30 にんじん 10 ローリエ 0.02 ブルーピューレ 8 小麦 カレールウ 9 ウスターソース 1 しお 0.1 なたねあぶら 0.3 みず 85</p>	<p>キャベツの 塩昆布炒め</p> <p>ぶたにく 25 キャベツ 35 小麦 うすくちしょうゆ 0.1 小麦 しおこんぶ 1.2 なたねあぶら 0.2</p>	<p>じゃがいもと ベーコンの煮物</p> <p>ベーコン 15 やさいてん 20 じゃがいも 55 たまねぎ 45 にんじん 10 おさけ 1 さとう 2 小麦 うすくちしょうゆ 3.2 けずりぶし 0.7 みず 40</p>	<p>高野豆腐の含め煮</p> <p>こうや豆腐 9 とりこく 25 ちくわ 10 たまねぎ 40 にんじん 5 こまつな 5 エリンギ 5 おさけ 1 しお 0.1 さとう 2.1 小麦 うすくちしょうゆ 4.2 なたねあぶら 0.3 けずりぶし 0.7 みず 50</p>	<p>枝豆サラダ</p> <p>ツナ 10 むきえだまめ 25 ホールコーン 10 小麦 うすくちしょうゆ 0.5 さとう 0.25</p>