

令和2年
5月の予定献立表

※食物アレルギーのある児童・生徒は、給食を食べる前に裏面の「詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。
家庭・学級においても毎日確認してください。



大名学校給食センター
電話番号 917-3488

学校給食の栄養基準量	小学校	C=144kcal 650kcal	P=7.0g 21.1~32.5g	F=1.5g 14.4~21.7g
	中学校	830kcal	27~41.5g	18.4~27.7g

今月の給食目標
朝食の大切さを知ろう!

家庭ではどんな生活を送っていましたか。生活リズムがくずれてしまった人もいます。ウイルスに負けないからだを作るために、正しい生活リズムも大切です。特に、朝ごはんは1日の原動力です。早起きして時間を作り、ごはんやパン、余裕があれば主菜と副菜をそろえ、良く噛んで食べてから登校しましょう。

5月の欠食など確認
◎22日(金)
城北中1年生給食開始
※大名小、城北小1年生は6/1より給食開始です。

5つの力、朝ごはん! 毎朝完結

脳がはたらく! 脳にエネルギーをチャージします。

おなかが動きます! おなかのはたきははじめ、すっきり排便で始まります。

体をウエイクアップ! 朝ごはんでは栄養が自覚め、漢口です。

肥満も防く!? 朝食を抜く字に太りすぎがよく見られるそうです。

21(木)	22(金)
シークワーサーゼリー プロッコリーのアーモンド和え クワアージュシー メンチカツ	カラフルサラダ お祝いデザート(中1のみ) 鶏ごぼう焼き パーカー 豆乳 ハウスパン チャウダー
C 666 P 25.9 F 22.9 C 786 P 30.3 F 26.2	C 642 P 27.8 F 23.2 C 747 P 32.5 F 27

25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(金)
ミネオラ オレンジ ひじきしらすサラダ 麦ごはん ビーフストロガノフ	胚芽ふりかけ ファイリチー 五穀ごはん ゆしどうふ	納豆 青じそサラダ きびごはん 肉じゃが	りんご 五目豆 麦ごはん すまし汁	米粉のカップケーキ れんこんサラダ アスパラ リゾット 魚のおおさフライ
小学校 C 668 P 22.2 F 22 中学校 C 845 P 26.8 F 26	C 594 P 25.8 F 17.2 C 710 P 30.3 F 19.3	C 638 P 24.8 F 16.3 C 752 P 28.3 F 17.8	C 597 P 24.8 F 15.3 C 708 P 29.3 F 17.1	C 631 P 25.2 F 24.4 C 730 P 29.3 F 27.6

※材料・天候によって献立を変更することがあります。

令和2年5月 詳細献立表(アレルギー)

大名給食センター
098-917-3488

※「詳細献立表」には、使用する食材と、アレルギー表示義務のある7品目及び下記の品目について表示しています。

表示義務(特定原材料)7品目		その他				
卵、乳、小麦、落花生(ピーナッツ)、えび、そば、かに		ナッツ類、魚介類、大豆、キウイ				
日	曜日	こんだて	(あか) おもに体をつくるものになる食品	(きいろ) おもにエネルギーのもとになる食品	(あどり) おもに体の調子を整えるものになる食品	調味料
21	木	クワアージュシー プロッコリーのアーモンド和え れんこん入りメンチカツ	ぶた肉、小まぼこ 豆腐 ぶた肉、とり肉、大豆	米、菜油 アーモンド、さとう 油、さとう、パン粉(小麦)、小麦粉 てん粉 さとう	にんじん、しいたけ、ねぎ プロッコリー、もやし、赤ピーマン れんこん、たまごごぼろ、にんじん	小麦、大豆
22	金	シークワーサーゼリー パーカーハウスパン 豆乳チャウダー カラフルサラダ	脱脂粉乳(乳) ベーコン、とり肉、あさり、豆乳(大豆) 白花菜、白いんげん豆	小麦粉、さとう、ショートニング じゃがいも、米粉 乳めきマーガリン(大豆) ドレッシング	シークワーサー たまねぎ、にんじん、パセリ さやいんげん、プロッコリー、しめじ オレンジ、ジャگریカ、費ヒーマン	小麦、乳、大豆
25	月	鶏ごぼう焼き お祝いデザート(中1) 麦ごはん ビーフストロガノフ	とり肉、大豆 豆乳(大豆)	さとう、パン粉(小麦)、てん粉、ごま さとう、油、米粉、てん粉 こめ、菜	ごぼろ いちご、レモン	小麦、大豆 大豆
26	火	ひじきしらすサラダ ミネオラオレンジ	ひじき、チリメン	こめ、菜、もちきび、黒米、赤米	にんにく、たまねぎ、にんじん、セロリ、パセリ マッシュルーム こまつな、にんじん、コーン ミネオラオレンジ	
27	水	五穀ごはん ゆしどうふ ファイリチー 胚芽ふりかけ きびごはん 肉じゃが	ゆし豆腐、みそ 豚(小麦、大豆)、たまご かつおぶし、のり、あおさ	こめ、菜、さとう こめ、もちきび こめ、もちきび	山東菜、にんにく、ねぎ にんじん、たまねぎ、からし菜 抹茶	小麦、大豆
28	木	青じそサラダ きびごはん 肉じゃが	ぶた肉	さとう ドレッシング(小麦、大豆、魚介エキス)	にんにく、たまねぎ、にんじん、ごんやく しいたけ、ダリンピース キャベツ、きゅうり	小麦、大豆、魚介エキス
28	木	麦ごはん すまし汁 五目豆 りんご	小まぼこ 納豆	こめ、菜 さとう		
29	金	アスパラリゾット れんこんサラダ 魚のおおさフライ 米粉のカップケーキ	とり肉、かまぼこ、油揚げ ぶた肉、大豆 みそ ホキ 豆乳(大豆)	こめ、菜 砂糖、ごま パン粉(小麦)、小麦粉、油、てん粉 さとう、米粉、油、てん粉	だいごん、山東菜、にんじん、ねぎ ごぼろ、にんじん、たけのこ、ごんやく、しいたけ りんご たまねぎ、にんじん、こまつな、アスパラ、えのき れんこん、きゅうり、にんじん	小麦、大豆 大豆

※食物アレルギーのある児童生徒は、給食を食べる前に、かならず内容を確認してください。
※しょうゆと酢に含まれる「小麦・大豆」は表示されておりませんが、微量の小麦、大豆成分が含まれております。
※詳しい情報が必要な方、または不明な点がある場合は、給食センターまでお問い合わせください。
※魚介類のエキスで特定できない場合は、「魚介エキス」と記入します。ホタテエキスも含む可能性があります。
※小魚、アサリ、もずくには「かに、えび」が混入する可能性があります。
※給食で使用しているマヨネーズに、「たまご、にゅう」は入っておりません。