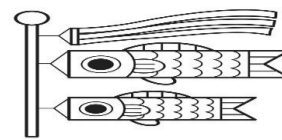


令和3年5月 学校給食献立表 東脊振中学校



吉野ヶ里町教育委員会

日	献立名 <small>こんだて めい 献立名</small>	牛乳	あかのなかま 赤の仲間 <small>ちやにくになる 血や肉になる</small>	きのなかま 黄の仲間 <small>ねつやちからのもとになる 熱や力の元になる</small>	みどりのなかま 緑の仲間 <small>からだのちようしをととのえる 体の調子を整える</small>	ちようみりよう 調味料	エネルギー kcal
6 木	ごはん			米			839
	さんまのおかか煮		さんまのおかか煮				
	マーボー豆腐	○	豆腐, 合びき肉, みそ	あぶら, 砂糖, かたくり粉	にんじん, 玉葱, にんにく, しょうが	しょうゆ, トウバンジャン	
	きゅうりの昆布和え		昆布		きゅうり, キャベツ		
	チーズ		チーズ				
7 金	麦ごはん			米, 麦			860
	しゅまい酢豚	○	焼売 (豚肉・鶏肉)	あぶら, 砂糖, かたくり粉	きくらげ, 玉葱, にんじん, ピーマン, たけのこ	酢, しょうゆ	
	きのこ中華スープ		卵, 豆腐	こんにゃく	えのきたけ, しめじ, 絹さや	ガラスープ	
	ごぼうサラダ		魚肉ハム	マヨネーズ, ごま	ごぼう, きゅうり		
11 火	ごはん			米			789
	さわらのバジルソース焼き		さわら			バジルソース	
	いんげんシチュー	○	白インゲン豆, 牛乳	さつまいも	玉葱, にんじん, キャベツ	シチューの素, コンソメ	
	大根サラダ		かにかま	コールスロードレッシング	だいこん, きゅうり		
	ふりかけ					ふりかけ	
12 水	ごはん			米			854
	野菜バーグトマトソース		野菜バーグ (豆腐・鶏肉)		玉葱, (人参, 枝豆)	トマトソース	
	タンタン (坦々) スープ	○	合びき肉, 豆腐		たけのこ, しめじ, もやし, チンゲンサイ, はくさい	スープの素, みそ	
	五目酢物		ハム, 卵	はるさめ, 砂糖	きゅうり, きくらげ	酢, しお	
	抹茶ワッフル			まっचाワッフル			
13 木	ごはん			米			838
	さばの甘酢あん	○	さば	かたくり粉, あぶら, 砂糖	にんじん, えのきたけ	しお, 酢, しょうゆ	
	肉じゃが		豚肉	じゃがいも, こんにゃく, 砂糖	にんじん, たけのこ, 枝豆	だし, しょうゆ, みりん, 酒	
	ブロッコリー卵サラダ		卵, ハム	コールスロードレッシング	ブロッコリー		
14 金	ミルクパン			ミルクパン			888
	チーズオムレツ	○	チーズオムレツ				
	ビーフシチュー		牛肉		玉葱, ブロッコリー, にんじん, しめじ	ビーフシチュー素	
	マカロニサラダ		ツナ	マヨネーズ, マカロニ	きゅうり, キャベツ		
17 月	そばろご飯		鶏ひき肉	米, 砂糖	しょうが	しょうゆ, みりん, 酒	761
	いかフライ	○	イカフライ	あぶら			
	つみれ汁		いわしつみれ, 油揚げ, 煮干し		ごぼう, にんじん, しいたけ, ねぎ	みそ	
	いんげんのごま和え		くきわかめ	こんにゃく, 砂糖, ごま	いんげん	しょうゆ	
18 火	ごはん			米			859
	(佐賀県産) とりのから揚げ		ふもと赤鶏肉	かたくり粉, あぶら	しょうが	塩こうじ	
	トマトスープ	○	ベーコン, ひよこ豆	マカロニ	にんじん, だいこん, コーン, れんこん, しめじ, 玉葱	コンソメ, しお	
	じゃが芋とアスパラサラダ			じゃがいも, マヨネーズ	アスパラガス, 玉葱, 人参		
	味付けのり		味付けのり				
19 水	ごはん			米			908
	にらまんじゅう		にらまんじゅう (豚肉)		(キャベツ・にら)		
	カレー	○	合びき肉	じゃがいも	玉葱, にんじん	カレールウ	
	白菜のレモン和え		ツナ	砂糖	はくさい, きゅうり, レモン汁	塩	
	ももゼリー			ももゼリー			
20 木	ごはん			米			856
	あじの磯辺揚げ		あじ, あおのり	てんぷら粉, あぶら			
	厚揚げのそばろ煮	○	厚揚げ, 鶏ひき肉	こんにゃく, 砂糖, かたくり粉	だいこん, にんじん, 玉葱, グリンピース	だし, しょうゆ, みりん, 酒	
	切干大根サラダ		ハム	ごまドレッシング	切干大根, きゅうり, にんじん		

新茶の季節です

日	献立名 <small>こんだて めい</small>	牛乳	あかのなかま 赤の仲間 <small>ちやにくになる</small> 血や肉になる	きのなかま 黄の仲間 <small>ねつやちからのもとになる</small> 熱や力の元になる	みどりのなかま 緑の仲間 <small>からだのちやしきととのえる</small> 体の調子を整える	ちょうみりょう 調味料	エネルギー kcal
21 金	ごはん			米			798
	鶏のごま味噌焼き		鶏肉, みそ	砂糖, ごま	しょうが	みそ, みりん	
	コーン卵スープ	○	卵	かたくり粉	玉葱, コーン, クリームコーン, きくらげ, 絹さや	ガラスープ	
	かぼちゃと豆のサラダ		レッドビーンズ	マヨネーズ	かぼちゃ, 玉葱, グリンピース		
	ふりかけ					ふりかけ	
24 月	ごはん			米			785
	さばの照り焼き	○	さば			塩こうじ	
	海鮮風ワンドゥンスープ		海鮮風ワンドゥン (すり身)		きくらげ, はくさい, チンゲンサイ, にんじん, ねぎ, (キャベツ・玉ねぎ・にんじん)	ガラスープ, しお	
	れんこんとひじき煮		大豆, ひじき, 油揚げ	砂糖, ごま	れんこん	しょうゆ, みりん	
25 火	わかめごはん		(わかめ)	米		(塩)	827
	いわし天ぷら	○	いわし天ぷら	あぶら			
	みそ汁		豆腐, 煮干し	さつまいも	だいこん, にんじん, ごぼう, ねぎ	みそ	
	高野豆腐のごま和え		高野豆腐	砂糖, ごま	こまつな, にんじん	しょうゆ	
26 水	ごはん			米			762
	ふんわり天	○	(白身すり身)		(玉ねぎ, 人参, インゲン)		
	新玉葱のスタミナ焼き		鶏肉	こんにゃく, ごま油, あぶら	新玉葱, ビーマン, キャベツ, にんにく	焼肉のたれ	
	わかめの酢の物		わかめ, かにかま	はるさめ, 砂糖	きゅうり	酢, しお	
	アーモンドミニフィッシュ		アーモンドミニフィッシュ				
27 木	ごはん			米			889
	ハンバーグチーズ焼き	○	ハンバーグ, チーズ			ケチャップ	
	コンソメ五目スープ		ベーコン		だいこん, にんじん, キャベツ, しめじ, れんこん, 枝豆, コーン	コンソメ, しょうゆ	
	ポテトサラダ		ハム	じゃがいも, さつまいも, マヨネーズ	きゅうり, ミックスベジタブル		
28 金	ごはん			米			809
	トマトチキンなんぼん	○	鶏肉	かたくり粉, 砂糖		ケチャップ, しょうゆ	
	肉大根味噌煮		合びき肉, 厚揚げ	こんにゃく, 砂糖, かたくり粉	だいこん, だいこん葉	しょうゆ, みそ, しお, だし	
	いかのピーマン炒め		さきいか	ごま油	ピーマン, にんじん, 黄ピーマン	ガラスープ, 酒	
	みかんゼリー			みかんゼリー			

- ★はし、スプーンは持ってきてください。
- ★材料入荷の都合などで、献立の変更がある場合があります。
- ★マヨネーズは、卵不使用マヨ風ソースを使用しています。
- ★米は、佐賀県産「夢しずく」です。
- ★()は既製食品の主な食材です。

しんねんど はじ げつ みな すこ
新年度が始まって、1ヶ月がたちました。皆さん少しずつなれてきましたか。

つか じき
疲れもたまってきている時期でもあります。ゴールデンウィークなどもあり

せいかつ みだ き げんき がっこう せいかつ おく
生活リズムも乱れやすいので、気をつけましょう。元気に学校生活を送るためにも

やす ひ お ちやうじやく せいかつ ととの
休みの日もいつものように起きて、きちんと朝食をとり、生活リズムを整えましょう。



食物アレルギー対応について

がっこう きゅうじやく しょくもつ たいおう おこな しょくもつ たいおう しょくきぼうしゃ いし しんだん きにゆう
学校給食では食物アレルギーの対応を行っております。食物アレルギー対応食希望者は、医師の診断が記入された

がっこう せいかつ かんり しどう ひつよう ていしゆつ ひつよう
「学校生活管理指導表」の提出が必要となります。

ねん かい ていしゆつ ねが こんねんど ていしゆつ かつ はや ねが
(年1回提出をお願いしております、今年度まだ提出されていない方は早めをお願いします。)

ようし がっこう たいおう しょくきぼう かつ がっこう こえ
用紙は学校にありますので、対応食希望の方は学校にお声かけください。

きほん じよきよ しょく たいおう たいおう こんなん ばあい かつてい だいたい しょく べんどう じきん
基本は除去食の対応となりますので、対応が困難な場合には、ご家庭からの代替食(弁当)を持参して

ばあい ねんど とちゆう しょくもつ しんだん ばあい すみ がっこう
いただく場合があります。また、年度途中で食物アレルギーと診断された場合、速やかに学校に

れんらく くだ ねが
連絡下さいますようお願いいたします。

あんぜん きゅうじやく ていきよう りかい きょうりやく ねが
安全な給食を提供するために、ご理解ご協力をお願いいたします。