



カニリュウくん

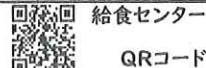
5月 予定献立表

令和6年度

高浜町学校給食センター

月	火	水	木	金
<p>今月の地場産食材(福井県産)</p> <p>米 麦 大豆 さわら さば かいひ にぼし 豚肉 梅干し 梅ジャム しいたけ たまねぎ ほうれんそう ねぎ ミニトマト ミディトマト トマトピューレ 名田庄漬 白ちくわ 米粉かまぼこ</p>		<p>1 くる棒カルシウム </p> <p>ほうれん草とにんじんのナムル</p> <p>ユーリンチー (2こ)</p> <p>麦ごはん トマトと卵の中華スープ</p>	<p>2 かしわもち</p> <p>キャベツのごまあえ ちくわの抹茶揚げ (1・2年1こ、小3以上2こ)</p> <p>たけのこごはん わかめと玉ねぎのみそ汁</p>	<p>3</p> <p>5月は新茶の季節! お茶を味わおう。</p> <p>憲法記念日</p>
		<p>ユーリンチーのソースは酢でさっぱり食べやすいですね。</p>	<p>子どもの日給食</p>	
<p>6 振替休日</p>	<p>7</p> <p>おかかあえ さわらのかば焼き</p> <p>ごはん 若竹汁</p>	<p>8</p> <p>永野さんのミディトマト ビーンズサラダ </p> <p>麦ごはん じゃがいもと高野豆腐の加熱</p>	<p>9</p> <p>じゃがピー 鶏肉の梅ジャム焼き</p> <p>大豆入りわかめごはん 小松菜のみそ汁</p>	<p>10 国産りんごゼリー </p> <p>のせる ナムル 肉炒め</p> <p>ピビンバ</p> <p>麦ごはん わかめスープ</p>
	<p>地元でとれたさわらのかば焼きです。給食用に約840人分の切り身にしていただきました。</p>	<p>高野豆腐は和歌山県の高野山のお坊さんが偶然に作ったものだといわれています。だから高野豆腐と言うのですね。</p>	<p>若狭地方の梅を加工した梅ジャムで、鶏肉の梅ジャム焼きを作りました。お肉と梅ジャムのコラボレーション!</p>	<p>ピビンバは韓国料理の一つです。韓国では誕生日にわかめスープをのむようです。</p>
<p>13</p> <p>きゅうりの中華漬け 豚キムチ</p> <p>麦ごはん 中華風コーンスープ</p>	<p>14</p> <p>青のりじゃこ 野菜のごまドレッシングあえ</p> <p>ゆかりごはん 炒り豆腐</p>	<p>15 ヨーグルト </p> <p>マカロニサラダ</p> <p>米粉のハヤシライス</p> <p>麦ごはん ハヤシルウ</p>	<p>16</p> <p>キャベツのごま昆布 県産しゅうまい (小学2こ、中学3こ)</p> <p>ごはん 八宝菜</p>	<p>17</p> <p>ささみの梅あえ カレイのから揚げねぎソースかけ</p> <p>麦ごはん じゃがいものみそ汁</p>
<p>暑い時期には、キムチのようにトウガラシを使った料理が食欲をそそります。</p>	<p>歯っぴー給食 青のりじゃこは、高浜産を使っています。かみこたえしっかり、加ゆもたっぷり!</p>	<p>給食センターのハヤシライスは、かくし味に赤みそを使っているのが特徴です。コクがでておいしいですよ。</p>	<p>八宝菜は中華料理の一つです。「八宝」は、「たくさん」という意味で、具の種類が多いのでそう呼ばれます。</p>	
<p>20</p> <p>切干大根の梅サラダ</p> <p>小松菜の中華風混ぜごはん コロコロ大根スープ</p>	<p>21</p> <p>のり酢あえ 鶏の磯辺から揚げ (2こ)</p> <p>ごはん キャベツとわかめのみそ汁</p>	<p>22 マーシャルビーンズ </p> <p>アスパラサラダ</p> <p>食パン ポークビーンズ</p>	<p>23 味付けのり </p> <p>永野さんのミディトマト ビーフンサラダ </p> <p>ごはん 親子煮</p>	<p>24</p> <p>大根のきんぴら 鯖のごまだれ焼き</p> <p>麦ごはん 春のけんちん汁</p>
<p>切り干し大根は、骨や歯を丈夫にするカルシウムがたっぷりで、みなさんにぜひ食べてほしいスーパーフードです。</p>	<p>から揚げの衣に青のりを混ぜました。のり酢あえののりとみそ汁のわかめも磯の風味が豊かですね。</p>	<p>ポークビーンズは、その名の通り「豚肉」と「豆」を煮込んだ料理です。もとはアメリカの料理だそうですよ。</p>	<p>ビーフンは米粉からつくられている麺です。食べやすいようにサラダに入れてみました。</p>	<p>旬のたけのこをたっぷり入れた春のけんちん汁です。おいしい旬の食材を味わって食べてください。</p>
<p>27</p> <p>ポテトサラダ 豆腐ハンバーグのトマトソースかけ</p> <p>麦ごはん マカロニスープ</p>	<p>28 あまなつ </p> <p>ひじきサラダ</p> <p>米粉のポークカレーライス</p> <p>ごはん カレールウ</p>	<p>29</p> <p>いきいきタウンミニトマト </p> <p>プルコギ風炒め</p> <p>麦ごはん 中華風卵スープ</p>	<p>30</p> <p>手作りふりかけ キャベツの漬物あえ</p> <p>ごはん すき焼き風煮</p>	<p>31</p> <p>キュウメちゃん 春キャベツのメンチカツ</p> <p>えんどうごはん すまし汁</p>
<p>ハンバーグのソースに越のルビーを使っています。</p>	<p>あまなつを味わおう</p>	<p>いきいきタウンの高浜産ミニトマトです。</p>	<p>手作りふりかけ大好きの声をよく聞きます。よく噛んで食べてね。</p>	<p>1年生がむいたえんどう豆がえんどうごはんに入る予定です!</p>

※高浜町学校給食センターでは、X(旧Twitter)に毎日の給食写真や食物アレルギー対応食写真を投稿しています。給食センター
 ※給食に関するお問い合わせは、給食センターでも承っております。



QRコード

令和6年 5月献立材料表中学校①

高浜町学校給食センター

	献立名	赤	黄	緑	総量 たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量
		おもに体をつくる食品	おもにエネルギーのもとになる食品	おもに体の調子を整える食品	
1 水	麦ごはん		米 麦		762kcal 33.9g 18.1g 121.0g 3.2g
	ユーリンチー	鶏肉	片栗粉 ごま油 さとう	ねぎ しょうが にんにく	
	ほうれん草とにんじんのナムル		さとう ごま ごま油	ほうれん草 もやし にんじん	
	トマトと卵の中華スープ	卵 豆腐	片栗粉	トマト 玉ねぎ 小松菜 しいたけ	
	黒棒カルシウム(中学生のみ) (代替:ミニフィッシュ)	卵	黒糖 小麦粉 水あめ		
	牛乳	牛乳			
2 木	たけのこごはん	油揚げ	米	たけのこ にんじん	793kcal 28.4g 19.2g 133.3g 4.0g
	ちくわの抹茶揚げ	ちくわ(乳卵なし)	小麦粉 片栗粉 こめ油	まっ茶	
	キャベツのごまあえ		さとう ごま	キャベツ もやし にんじん	
	わかめとたまねぎのみそ汁	わかめ 豆腐 みそ		たまねぎ にんじん	
	かしわもち		小豆 米粉 さとう てんぷん		
	牛乳	牛乳			
7 火	ごはん		米		722kcal 34.5g 22.0g 102.2g 2.6g
	さわらのかば焼き	さわら	片栗粉 こめ油 さとう	しょうが	
	おかかあえ	かつおぶし	ごま	キャベツ ほうれん草 にんじん	
	若竹汁	豆腐 かまぼこ(乳卵なし)わかめ		たけのこ えのき	
	牛乳	牛乳			
8 水	麦ごはん		米 麦		711kcal 27.8g 20.0g 141.4g 1.8g
	じゃがいもと高野豆腐のカレー煮	豚肉 凍り豆腐	じゃがいも こめ油 さとう	玉ねぎ にんじん ビーマン しょうが こんにゃく	
	ビーンズサラダ	大豆	こめ油 さとう	キャベツ きゅうり	
	永野さんのミディマト			ミディマト	
	牛乳	牛乳			
9 木	大豆入りわかめごはん	わかめ 大豆	米		774kcal 33.8g 24.5g 112.9g 3.6g
	鶏肉の梅ジャム焼き	鶏肉		梅ジャム しょうが にんにく	
	じゃがピー		じゃがいも こめ油	ビーマン	
	小松菜のみそ汁	豆腐 みそ		小松菜 玉ねぎ にんじん えのき	
	牛乳	牛乳			
10 金	ピピンバ				735kcal 29.3g 21.8g 109.6g 2.9g
	麦ごはん		米 麦		
	肉炒め	牛肉 みそ	こめ油 さとう	にんにく	
	ナムル	卵	ごま油 ごま	ねぎ 小松菜 もやし にんじん	
	わかめスープ	わかめ 豆腐		玉ねぎ しいたけ ねぎ	
	国産りんごゼリー		さとう	りんご果汁	
	牛乳	牛乳			
13 月	麦ごはん		米		664kcal 29.1g 17.7g 101.7g 3.2g
	豚キムチ	豚肉	じゃがいも 小麦粉 パン粉 こめ油	白菜キムチ(ごま含む) にら にんにく	
	きゅうりの中華漬け		さとう ごま	きゅうり	
	中華風コンソープ	ベーコン(乳卵なし) 卵	片栗粉	コーン 玉ねぎ にんじん しいたけ ねぎ	
	牛乳	牛乳			
14 火	ゆかりごはん		米 麦	ゆかり	694kcal 28.2g 19.3g 107.9g 4.4g
	炒り豆腐	豆腐 鶏肉 卵	春雨 こめ油 さとう	にんじん 玉ねぎ しいたけ ねぎ	
	野菜のごまドレッシングあえ	じゃこ	こめ油 さとう ごま	キャベツ ほうれん草 コーン	
	膏のりじゃこ (代替:黒棒カルシウム)	にぼし あおのり	さとう		
	(代替:黒棒カルシウム)	卵	黒糖 小麦粉 水あめ		
	牛乳	牛乳			
15 水	ハヤシライス				862kcal 33.9g 26.9g 145.4g 2.5g
	麦ごはん		米 麦		
	ハヤシルウ	牛肉 赤みそ	こめ油 マーガリン(乳なし) さとう 米粉	玉ねぎ にんじん しいたけ にんにく	
	マカロニサラダ	チーズ	マカロニ ノンエッグマヨネーズ	キャベツ きゅうり	
	ヨーグルト	生乳	さとう		
	(代替:みかんゼリー)		さとう	みかん果汁	
	牛乳	牛乳			
16 木	ごはん		米		728kcal 31.3g 18.7g 115.6g 2.2g
	八宝菜	豚肉	こめ油 ごま油 さとう 片栗粉	しょうが 白菜 玉ねぎ しいたけ たけのこ にんじん もやし	
	県産しゅうまい	豚肉	ラード 片栗粉 さとう	しょうが	
	キャベツのごま昆布	塩昆布	ごま	キャベツ	
	牛乳	牛乳			

令和6年 5月献立材料表中学校②

高浜町学校給食センター

	献立名	赤	黄	緑	総量 たんぱく質 総量 炭水化物 食塩相当量
		おもに体をつくる食品	おもにエネルギーのもとになる食品	おもに体の調子を整える食品	
17 金	麦ごはん		米 麦		729kcal 30.1g 21.1g 112.2g 2.6g
	かれのいのから揚げねぎソースかけ	かれい	片栗粉 さとう ごま油	ねぎ	
	ささみの梅あえ	鶏肉	さとう こめ油	キャベツ きゅうり 梅肉	
	じゃがいものみそ汁	豆腐 みそ	じゃがいも	玉ねぎ にんじん	
	牛乳	牛乳			
20 月	小松菜の中華風混ぜごはん	豚肉	米 ごま油 さとう	しょうが 小松菜 にんじん	642kcal 24.9g 17.5g 100.3g 3.1g
	切千大根の梅サラダ	ツナフレーク	ノンエッグ マヨネーズ さとう	切千大根 キャベツ 梅肉	
	コロコロ大根スープ			大根 にんじん キャベツ パセリ	
	牛乳	牛乳			
21 火	ごはん		米		739kcal 31.4g 24.1g 104.6g 2.5g
	鶏の磯辺から揚げ	鶏肉	片栗粉 小麦粉 米粉 こめ油	にんにく しょうが	
	のり酢あえ	ツナフレーク のり	ごま さとう	小松菜 もやし	
	キャベツとわかめのみそ汁	わかめ 油揚げ みそ		キャベツ にんじん ねぎ	
	牛乳	牛乳			
22 水	食パン	乳	小麦粉 マーガリン(乳なし) さとう		766kcal 34.3g 29.9g 109.2g 3.3g
	(代替:ネオ麦ロール)		小麦粉 黒糖 さとう 植物油脂		
	アスパラサラダ	チーズ	ノンエッグマヨネーズ	アスパラガス キャベツ	
	ポークビーンズ	豚肉 大豆	じゃがいも こめ油 マヨネ(乳なし) 米粉	玉ねぎ にんじん にんにく	
	マーシャルビーンズ	大豆粉 脱脂粉乳	植物油脂 さとう		
	(代替:いちごジャム)		さとう	いちご果汁	
	牛乳	牛乳			
23 木	ごはん		米		744kcal 31.7g 18.0g 122.8g 2.0g
	親子煮	鶏肉 卵	じゃがいも しらす さとう こめ油	玉ねぎ にんじん しいたけ ねぎ	
	ビーフンサラダ	ツナフレーク	ビーフン こめ油 さとう	もやし きゅうり	
	永野さんのミディトマト			ミディトマト	
	味付けのり	のり			
牛乳	牛乳				
24 金	麦ごはん		米 麦		754kcal 31.1g 25.1g 112.5g 2.8g
	さばのごまだれ焼き	さば	さとう ごま 片栗粉		
	大根のきんぴら	ベーコン(乳卵なし)	こめ油 さとう ごま	大根 にんじん	
	春のけんちん汁	厚揚げ	さといも ごま油	たけのこ にんじん ごぼう ねぎ こんにゃく	
	牛乳	牛乳			
27 月	麦ごはん		米		787kcal 25.6g 27.6g 119.5g 3.1g
	豆腐ハンバーグのトマトソースかけ		マーガリン(乳なし) さとう	トマト 玉ねぎ	
	ポテトサラダ		じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	きゅうり にんじん	
	マカロニスープ	ベーコン(乳卵なし)	マカロニ	キャベツ 玉ねぎ にんじん 小松菜	
	ふりかけ	かつおぶし のり	さとう コーンスターチ		
牛乳	牛乳				
28 火	カレーライス				802kcal 30.1g 20.3g 134.7g 2.7g
	ごはん		米		
	米粉のポークカレー	豚肉 豆乳	じゃがいも マーガリン(乳なし) 米粉 豆乳	にんじん たまねぎ しょうが にんにく りんごピュール	
	ひじきサラダ	ひじき チーズ 大豆	こめ油 さとう	キャベツ コーン	
	あまなつ			あまなつ	
牛乳	牛乳				
29 水	麦ごはん		米 麦		701kcal 28.9g 23.3g 98.8g 2.0g
	ブルコギ風炒め	牛肉	さとう ごま油 ごま	玉ねぎ にんじん もやし たら しょうが にんにく	
	いきいきタウンミニトマト			ミニトマト	
	中華風卵スープ	豆腐 卵	片栗粉	小松菜 えのき	
牛乳	牛乳				
30 木	ごはん		米		714kcal 31.5g 19.3g 110.5g 2.4g
	すき焼き風煮	牛肉 焼き豆腐	焼きふ こめ油 さとう	にんじん ねぎ 玉ねぎ ごぼう しいたけ	
	キャベツの漬物あえ			キャベツ 小松菜	
	手作りふりかけ	じゃこ 塩昆布 かつおぶし あおのり	ごま さとう		
牛乳	牛乳				
31 金	えんどうごはん		米		748kcal 29.6g 26.5g 101.4g 3.4g
	春キャベツのメンチカツ	牛肉 豚肉	小麦粉 黒砂糖 米粉	キャベツ 玉ねぎ	
	キュウメちゃん	わかめ ツナフレーク	さとう ごま	梅肉	
	すまし汁	豆腐 かまぼこ(乳卵なし)	焼きふ	にんじん えのき ねぎ	
牛乳	牛乳				