

令和6年 5月分 中学校給食献立表

＜お願い＞アレルギーをお持ちの方は、使用している食品を必ずご確認ください。

*印は卵を使用したメニュー、献立です。 <直送>は業者から学校へ直接配送する食品です。

池田市教育委員会
池田市立学校給食センター

日・曜日	1 (水)	2 (木)	7 (火)	8 (水)	9 (木)	10 (金)	13 (月)	14 (火)	15 (水)	16 (木)	17 (金)	20 (月)	21 (火)	
献立	バーカーパン 牛乳 ポークビーンズ ミンチカツ チンゲン菜のソテー スライスチーズ	ごはん 牛乳 ごも汁 平つくねのおろしだれ いんげんのごまマヨ和え しそひじき	菜めし 牛乳 若竹汁 かつおフライ 小松菜の煮浸し かしわ餅	コッペパン 牛乳 野菜のコンソメ煮 フランクフルトソーセージ ごぼうサラダ オレンジマーマレード	ごはん 牛乳 中華スープ 肉団子の甘酢あん セルフチャーハン	ごはん はっ酵乳(ジョア) なめこのみそ汁 かき揚げのレモン醤油 切干大根のソース炒め ゆかりふりかけ	ごはん 牛乳 すまし汁 鶏肉の唐揚げ 春キャベツのナムル のり佃煮	ごはん 牛乳 そばろ煮 にんじんの煮付け 牛肉とピーマンの炒め物 味付けのり	黒糖パン 牛乳 ソーキ汁 鶏肉のシークワーサー焼き タマナーチャンブルー	ごはん 牛乳 チキンカレー もやしの炒め物 甘夏みかん缶 ハイチーズ	ごはん 牛乳 セルフ血うどん ハムステーキ 海藻サラダ 揚げ麵	ごはん 牛乳 わかめスープ いか天ぷら 糸こんにゃく ソフールヨーグルト	ごはん 牛乳 豚肉と野菜の生姜煮 白身魚フライ ほうれん草のごま和え	ごはん 牛乳 豚肉 わかめスープ いか天ぷら 糸こんにゃく ソフールヨーグルト
材料	バーカーパン 1コ (小麦70g) 普通牛乳 1本	精白米 95 普通牛乳 1本	精白米 95 なめしの素 1.95 普通牛乳 1本	コッペパン 1コ (小麦80g) 普通牛乳 1本	精白米 95 普通牛乳 1本	精白米 95 はっ酵乳(ジョア) 1本 普通牛乳 1本	精白米 95 普通牛乳 1本	精白米 95 普通牛乳 1本	黒糖パン 1コ (小麦80g) 普通牛乳 1本	精白米 95 普通牛乳 1本	精白米 95 普通牛乳 1本	精白米 95 普通牛乳 1本	精白米 95 普通牛乳 1本	
材料	豚肉 39 大豆 10.4 玉ねぎ 39 じゃがいも 26 カットポテト 13 人参 19.5 しめじ 13 トマトピューレー 10.4 トマトケチャップ 13 ウスターソース 6.5 ポークビヨン 6.5 食塩 0.45 こしょう 0.03 なたね油 0.65	豚肉 19.5 厚揚げ 19.5 ささがきごぼう 13 白菜 13 人参 13 れんこん 6.5 小松菜 6.5 淡口しょうゆ 5.2 食塩 0.13 たけのこ 2.6 だし昆布 0.26 平つくね(50g) 1コ 冷凍大根おろし 6.5 淡口しょうゆ 2.6 ミンチカツ(60g) 1コ 揚げ油 5.2 濃厚ソース 5.2	菜肉 19.5 若竹汁 13 かつおフライ(60g) 1コ 揚げ油 5.2 濃厚ソース 5.2 豚肉 10 焼き竹輪 6.5 人参 19.5 さやいんげん 5 淡口しょうゆ 0.5 食塩 0.06 こしょう 0.01 なたね油 0.5	鶏肉 32.5 じゃがいも 32.5 カットポテト 13 玉ねぎ 32.5 白菜 26 人参 13 大根 13 生しいたけ 6.5 プロッコリー 19.5 しめじ 6.5 粉末コンソメ 1.95 淡口しょうゆ 1.3 食塩 0.26 こしょう 0.03	豚肉 26 なると 6.5 玉ねぎ 26 白菜 32.5 人参 13 大根 13 生しいたけ 6.5 信州みそ 7.15 淡口しょうゆ 5.2 食塩 0.39 こしょう 0.04	ごはん 19.5 豆腐 19.5 乾燥わかめ 0.39 大根 13 粉未コンソメ 1.95 淡口しょうゆ 5.2 食塩 0.39 だし昆布 0.13	鶏肉切身(30g) 2コ 揚げ油 5.2 みりん 5.85 揚げ油 5.2 濃口しょうゆ 2.99 砂糖 2.47 食酢 1.3 日本酒 0.39 片栗粉 0.65	鶏肉切身(50g) 1コ みりん 5.2 濃口しょうゆ 2.6 砂糖 2.6 シークワーサー(果汁) 1.3 牛肉千切り 25 たけのこ 10 ピーマン 5 濃口しょうゆ 1.9 砂糖 1.5 みりん 0.5 なたね油 0.5	豚肉角切 39 豆腐 13 冬瓜 26 人参 13 青ねぎ 3.9 細切り昆布 1.3 冷凍おろししょうが 0.2 冷凍おろししょうが 0.2 淡口しょうゆ 5.2 日本酒 1.3 食塩 0.39 だし昆布 0.26	豚肉 26 玉ねぎ 39 切いか 26 キャベツ 45.5 玉ねぎ 45.5 人参 19.5 緑豆もやし 0.2 カレールウA 13 カレールウB 13 ポークビヨン 6.5 濃口しょうゆ 1.3 片栗粉 1.3 なたね油 0.65	豚肉 39 切いか 0.39 キャベツ 26 玉ねぎ 45.5 人参 13 えのきたけ 19.5 冷凍おろししょうが 0.13 ガラスープ 6.5 淡口しょうゆ 5.2 食塩 0.26 こしょう 0.03 片栗粉 3.9 なたね油 0.65	豚肉 19.5 乾燥わかめ 0.39 白菜 45.5 玉ねぎ 13 人参 13 えのきたけ 6.5 ガラスープ 23.4 淡口しょうゆ 4.55 淡口しょうゆ 7.8 みりん 1.95 食塩 0.26	豚肉 45.5 白菜 45.5 玉ねぎ 19.5 人参 13 青ねぎ 3.9 冷凍おろししょうが 1.3 ガラスープ 13 淡口しょうゆ 7.8 みりん 1.95 食塩 0.26	
エネルギー	866 kcal	747 kcal	865 kcal	853 kcal	738 kcal	724 kcal	743 kcal	774 kcal	841 kcal	808 kcal	792 kcal	788 kcal	737 kcal	
蛋白質	39.9 g	28.6 g	31.8 g	35.4 g	33 g	23.8 g	32.6 g	34.7 g	43.6 g	29.1 g	33.5 g	32.6 g	33.3 g	
脂質	37.7 g	26.3 g	23.9 g	37.5 g	23.3 g	19.3 g	27 g	25.5 g	26.3 g	28 g	23.1 g	24.1 g	22.5 g	

ごはんにまぎっています

端午の節句献立

沖縄返還の日

食育の日 長崎県

令和5年度 ふくまるアイデアメニューコンテスト 採用献立 (池田市内の中学生が考えた給食メニュー)

実施日	献立名	考えた人の学校名
13日(月)	すまし汁	池田中学校
	鶏肉の唐揚げ	
	春キャベツのナムル	

※給食で提供するために内容を一部変更している場合があります。

ナイスアイデアポイント!
みんながおいしいと思えるメニューになるよう工夫しました。春を感じられるように、たけのこや春キャベツを使用しました。

今月の給食で使用している旬の食材
たまねぎ なら たけのこ ごぼう
グリーンピース キャベツ しいたけ いちご
かつお ひじき わかめ

＜お知らせ＞
○加工食品等は、「学校給食用半製品の材料」に原材料を記載しています。アレルギーをお持ちの方は、必ずご確認ください。
○年間を通じて使用する調味料や加工食品等については、配合内容を一覧にして、各学校園に配布しています。
必要とされる方は、学校園、もしくは、学校給食センターまでお申し出ください。
○えび・かに・そば・落花生は使用していません。
○5月に使用するお米は、豊能町でとれた「キヌヒカリ」を使用しています。

毎月10日は 食育の日 ～長崎県～

＜血うどん＞
血うどんは長崎名物の麺料理です。1899年に「ちゃんぼん」を考案した中華料理店の店主・陳平順(ちんへいじゅん)が、汁なしのちゃんぼんとして作ったものです。

当初から伝わる血うどんは、ちゃんぼんと同じ太い麺を使った焼きちゃんぼんでした。現在よく食べられている、細いパリパリ麺に五目あんかけをかけるものとは異なっていました。長崎の人は「太麺血うどん」と「細麺血うどん」として、はっきり区別しているそうです。



ホームページ



Instagram

毎日の献立をインターネットやインスタグラムで見ることができます。