

# 令和6年 5月 小学校基準献立予定表

日	献立名	牛乳	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	その他	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
1 水	チーズパン			◎チーズパン			607 kcal
	ポークシチュー	○	ぶたもも肉小間, 豆乳	じゃがいも, 米油, 粗糖, 米粉	たまねぎ, にんじん, グリンピース マッシュルーム, ホールトマト	ケチャップ, ウスター ソース, 中濃ソース, しょうゆ, 赤ワイン, チ キンとポークスープ, ナ ツメグ, クミン, 並塩, こ しょう, 水	33.8 g
	スパゲッティサラダ		まぐろフレーク水煮	スパゲッティ, 卵抜きマヨネーズ, 粗糖	きゅうり, キャベツ, ホールコーン	からし粉, 並塩, 酢	21.8 g 3.3 g
2 木	ごはん			精白米, 精麦			657 kcal
	鶏肉のレモン醤油焼き		とりもも肉切り身		レモン果汁	しょうゆ	30.0 g
	田舎汁	○	油揚げ, あわせ味噌, 米みそ	じゃがいも	だいこん, にんじん, こまつな, 長ねぎ	さば・かつお削り節, 水	19.4 g
	手作りふりかけ (青のり)		さば・かつお削り節, あおのり			しょうゆ, 粗糖, 並塩	2.3 g
7 火	柏餅			柏餅			
	ごはん			精白米, 精麦			569 kcal
	肉じゃが 葉山わかめの酢の物	○	ぶたもも肉小間 葉山わかめ	じゃがいも, 粗糖, 米油 粗糖	たまねぎ, にんじん, しょうが, グリンピース, しらたき キャベツ, きゅうり	みりん, しょうゆ, 水 酢, しょうゆ	23.3 g 13.8 g 1.7 g
8 水	ロールパン			◎ロールパン			610 kcal
	ミートソースグラタン	○	ぶたひき肉, ◎シュレットチーズ	ツイストマカロニ, 粗糖, 小麦粉, 米油	たまねぎ, セロリ, にんじん, にんにく	チキンとポークスープ, ケチャップ, デミグラス ソース, 中濃ソース, 並 塩, こしょう, 水	26.5 g
	コールスロー			粗糖, 米油	キャベツ, にんじん, きゅうり	酢, からし粉, 並塩	23.2 g 2.5 g
9 木	豆乳ちゃんぽん		ぶたもも肉小間, こういか, あわせ味噌, 米みそ, 豆乳	ホットラーメン, 米油	長ねぎ, キャベツ, にんじん, もやし しょうが, たけのこ きくらげ	しょうゆ, チキンと ポークスープ, 並塩 こしょう, 水	695 kcal
	揚げぎょうざ	○	冷凍ぎょうざ	揚げ油			33.5 g
	果物 (みしょうかん)				みしょうかん		22.2 g 1.8 g
10 金	黒パン			◎黒パン			565 kcal
	ポークビーンズ	○	大豆, ぶたもも肉小間	じゃがいも, 米油	にんじん, たまねぎ	トマトピューレー, パプ リカ(粉), ケチャップ, チキンとポークスープ, ベイリーフ, 並塩, こ しょう, 水	28.3 g
	海藻サラダ		海藻サラダ	粗糖, 米油	キャベツ, にんじん	しょうゆ, 酢	20.1 g 2.4 g
13 月	ごはん			精白米, 精麦			591 kcal
	うま煮	○	とりもも肉角	じゃがいも, 粗糖	たまねぎ, にんじん, たけのこ グリンピース, こんにやく	日本酒, みりん, しょ うゆ, さば・かつお削 り節, 並塩, 水	24.4 g
	しょうがあえ				キャベツ, きゅうり, にんじん, しょう が	しょうゆ	14.5 g 2.2 g
14 火	かつおめし		かつお角	精白米, 精麦, 米油, 粗糖	しょうが	しょうゆ, 日本酒	600 kcal
	豚汁	○	ぶたもも肉小間, あわせ味噌, 米みそ	じゃがいも, 米油	にんじん, 長ねぎ, だいこん, こんにやく,	さば・かつお削り節, 水	25.5 g
	豆乳プリン			豆乳プリン			15.9 g 2.0 g
15 水	ミルクパン			◎ミルクパン			564 kcal
	ジョア (プレーン)			◎ジョアプレーン			24.5 g
	フライドチキン		とりもも肉切り身	小麦粉, 米油	にんにく	並塩, こしょう, 白ワイ ン, ナツメグ, からし粉	19.1 g
	野菜スープ		ベーコン	じゃがいも	たまねぎ, にんじん, こまつな, たけの こ	チキンとポークスープ, 並塩, こしょう, 水	1.7 g
	果物 (みしょうかん)				みしょうかん		
16 木	ごはん			精白米, 精麦			601 kcal
	豚肉のねぎ塩炒め	○	ぶたもも肉小間	ごま油, かたくり粉	長ねぎ, もやし, にんにく, レモン果汁	並塩, こしょう, 日本 酒, 水	30.1 g
	根菜のごま汁		ぶたもも肉小間, あわせ味噌, 米みそ	じゃがいも, ごま油, 白ごま, 練りごま	にんじん, 長ねぎ, だいこん, ごぼう	さば・かつお削り節, みりん, 水	18.2 g 1.9 g
17 金	ぶどうパン			◎ぶどうパン			609 kcal
	さけのタルタルパン粉焼き	○	さけ	卵なしタルタルソース, パン粉		並塩, こしょう	31.3 g
	コーンチャウダー		ベーコン, 豆乳, あわせ味噌	じゃがいも	たまねぎ, にんじん, ホールコーン, ほ うれんそう, クリームコーン	チキンとポークスープ, 並塩, こしょう, 水	22.9 g 2.3 g
20 月	ガーリックライス		ベーコン	精白米, 精麦	にんにく, たまねぎ, マッシュルーム	パセリ(乾), 並塩, こ しょう	631 kcal
	鶏肉のマーマレード焼き	○	とりもも肉切り身		マーマレード, にんにく	しょうゆ, 日本酒, 粒 マスタード	26.7 g
	トックスープ		とりもも肉小間	かたくり粉, トック	にんじん, たまねぎ, チンゲンサイ だいこん, しょうが	チキンスープ, 並塩, こ しょう, 水	23.4 g 2.3 g

日	献立名	牛乳	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	その他	アレルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
21 火	豚肉と大豆のビビンバ		ぶたひき肉, ゆで大豆	精白米, 精麦, 粗糖, ごま油, かたくり粉, 白ごま	にんにく, もやし, にんじん, こまつな	日本酒, しょうゆ, コチジャン, 並塩	570 kcal
	春雨スープ	○	ベーコン	緑豆はるさめ	にんじん, たまねぎ, たけのこ	しょうゆ, チキンとポークスープ, 並塩, こしょう, 水	25.5 g
							18.3 g 2.7 g
22 水	ごはん			精白米, 精麦			590 kcal
	親子煮	○	★卵, とりもも肉小間	じゃがいも, 粗糖	たまねぎ, にんじん, グリンピース, しらたき	しょうゆ, みりん, さば・かつお削り節, 水	27.1 g
	磯和え		焼きのり		もやし, こまつな, キャベツ	しょうゆ	17.5 g 2.0 g
23 木	チキンアドボ (ターメリックライス)		とりもも肉小間, とりむね肉小間	精白米, 精麦, 粗糖	たまねぎ, にんにく	ターメリック, ベイリーフ, 酢, しょうゆ, 並塩, こしょう, 水	609 kcal
	葉山わかめとコーンのスープ	○	葉山わかめ, ベーコン		たまねぎ, にんじん, ホールコーン	しょうゆ, チキンとポークスープ, 並塩, こしょう, 水	28.5 g
	果物(みしょうかん)				みしょうかん		18.6 g 2.8 g
24 金	ソフト麺肉味噌ソース		ぶたひき肉, 八丁味噌, あわせ味噌, 米みそ	ソフトめん, 米油, 粗糖, かたくり粉	にんじん, たまねぎ, にんにく, しょうが	日本酒, チキンとポークスープ, 並塩, 水	582 kcal
	パンパンジー	○	とりささみ	練りごま, 白ごま, ごま油, 粗糖	きゅうり, キャベツ, にんじん, こんにゃく	しょうゆ, 酢, 並塩	32.8 g
							18.6 g 2.6 g
27 月	ごはん			精白米, 精麦			543 kcal
	麻婆春雨	○	ぶたひき肉, 八丁味噌	緑豆はるさめ, 米油, 粗糖, ごま油	長ねぎ, たら, たけのこ, にんじん, にんにく, しょうが	しょうゆ, みりん, チキンとポークスープ, とうがらし(粉), 水	22.9 g
	中華風おひたし			ごま油	もやし, にんじん, こまつな	からし粉, しょうゆ, 酢	14.2 g 1.6 g
28 火	グリンピースご飯			精白米	グリンピース(生)	日本酒, 並塩	589 kcal
	さばの味噌田楽	○	さば, あわせ味噌	粗糖, 白ごま	ゆず果汁	みりん, 日本酒, 水	29.4 g
	けんちん汁		油揚げ	じゃがいも, ごま油	だいこん, にんじん, 長ねぎ, ごぼう, こまつな, こんにゃく	しょうゆ, さば・かつお削り節, 水	21.2 g 2.2 g
29 水	揚げパン(きな粉)		きな粉	◎コッペパン, 揚げ油, 粗糖		並塩	601 kcal
	スープ煮	○	とりもも肉角, ウインナー, ★うずら卵	じゃがいも, 米油	たまねぎ, にんじん, セロリ, にんにく, グリンピース	赤ワイン, ナツメグ, ベイリーフ, チキンとポークスープ, 並塩, こしょう, 水	25.0 g
	コーンサラダ			米油, 粗糖	キャベツ, きゅうり, ホールコーン	しょうゆ, 酢, 並塩	28.2 g 2.8 g
30 木	ポークカレーライス	○	ぶたもも肉小間, 豆乳	精白米, 精麦, じゃがいも, 小麦粉, 米油	たまねぎ, にんじん, にんにく, しょうが, グリンピース	トマトピューレー, ケチャップ, チャツネ, カレー粉, クミン, ターメリック, 中濃ソース, 赤ワイン, チキンとポークスープ, 並塩, 水	621 kcal
	ひじきサラダ		ひじき(乾), ゆで大豆	粗糖, 米油	にんじん, きゅうり	しょうゆ, 酢	24.5 g 20.7 g 2.0 g
31 金	ポークジンジャーどっく *自分でパンにはきみます。		ぶたもも肉小間	◎コッペパン, 粗糖, 米油, かたくり粉	しょうが	しょうゆ, 日本酒, ケチャップ	598 kcal
	ミックスビーンズサラダ	○	ミックスビーンズ	練りごま, ごま油, 粗糖	きゅうり, ホールコーン, にんじん, こんにゃく	しょうゆ, 酢	33.3 g
	ワンタンスープ		ぶたもも肉小間, なた	干しワントン	たまねぎ, にんじん, たら, もやし	チキンとポークスープ, しょうゆ, こしょう, 水	21.7 g 3.6 g

※アレルギー食品には記号を表示しています

### 5月食物アレルギーのお知らせ

#### 献立表の見方

\* 基準献立表は、小学校4校共通献立を記載しています。提供給食の献立変更や、学校行事等により給食提供のない日があります。学校行事については、各学校の「学校だより」等をご参照ください。

日にち	献立名	卵	乳	えび
5/8(水)	ミートソースグラタン		○	
5/22(水)	親子煮	○		
5/29(水)	スープ煮	○		

※「卵」=★  
「乳」=◎  
「えび」=△  
と材料名に印が入ります。

※パンはすべて、小麦粉・脱脂粉乳を含みます。  
※魚介類(あさり・わかめ・ちりめんじゃこなど)はエビ・カニが混ざる漁法で漁獲されています。  
※飲むヨーグルト・ジュースは牛乳扱いになります。  
ご家庭で確認をお願いします。

\* 学校給食使用食材産地(青果・肉・魚・牛乳・米)は葉山町HPで公開しています。「葉山の給食 使用食材」と検索してください。

#### 郷土料理 かつおめし

“かつおめし”は、高知県は土佐の漁師町に昔から伝わる家庭料理です。タタキや刺身で食べた後、残ったかつおを炊き込みご飯にしているそうです。

3月から5月が旬のかつおを初鰹といいます。油が少なめのさっぱりとしたかつおを給食でも味わってほしいと思います。



#### 加工食品の食物アレルギー原因食物について

食材名	特定原材料								特定原材料に準ずるもの
	えび	かに	くるみ	小麦	そば	卵	乳	落花生	
柏餅									
冷凍ぎょうざ				○					ごま(油)、大豆、豚肉、鶏肉
とろけるプリン(豆乳)									大豆
ジョア プレーン							○		
ベーコン									豚肉
ウインナー									豚肉
なた									

※食品表示法に基づく特定原材料8品目と、特定原材料に準ずる20品目のみ記載。これら以外の食品は、葉山町ホームページの「加工食品アレルギー表示一覧表」でご確認ください。「葉山の給食 加工食品」と検索してください。