## 給食予定献立表 令和3年5日

## 福崎町給食共同調理センター

阳	<b>良</b> 文定	狄丛衣	, כב	上、	が作りを	J	111			THE	기 씨기 까디 그	<b>Z</b> :	ᅏᄜᄱ	埋じつ	1	~	
L	6日(木)		7日(全				10日(月)			11日(火)			12日(水)			13日(木)	
	ミニコッペパ 牛乳 オニオンスー ツナとアスパ ごぼうサラダ 幼)ゼリー	- プ ラのパスタ	かしわる	いものち		牛レ鶏	はん 乳・タスのスー 肉のマーマ じきサラタ	レード焼き	件じさ	はん 乳 ゃがいもと玉 ばの香味な 目きんぴら	ねぎのみそ汁 5 げ	牛木き	ち麦ごはん 乳 <mark>の葉丼の</mark> やべつの乳 うれん草の	<sup>Ž</sup> つくね	牛ミ白	ッペパン =乳 :ネストロー  身魚のハー 野菜とベーコ	ブ焼き
	1	アレルギー物質			アレルギー物質			アレルギー物質			アレルギー物質			アレルギー物質			アレルギー物
+		乳麦	ロばはん		7 - 7 - 100		ごはん	7 - 7 - 10 - 10 - 10	-	ごはん	7 - 7 - 10 - 10 - 10 - 10 - 10 - 10 - 10	-	ごはん	7 - 7 - 10 - 10 - 10 - 10 - 10 - 10 - 10	6	コッペパン	乳麦
١,	'	大麦	〇牛乳		乳		牛乳	乳	0	牛乳	乳	  -	もちむぎ精麦	大麦		もちむぎ粉	大麦
֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓	) 牛乳	乳	□ じゃがい	,		_	レタス			じゃがいも		_	牛乳	乳	6	牛乳	乳
2 /	△ マッシュルーム		△ にんじん				えのき		ı	にんじん		_	たまご	卵	_	サラダあぶら	
<u>.</u>	フラインナー	鶏	〇 わかめ			Δ	にんじん		0	わかめ		0	かまぼこ			もちむぎ精麦	大麦
	△ たまねぎ/にんじん		△ 青ねぎ/カ	まねぎ			じゃがいも		0	あぶらあげ	豆	ᇫ	たまねぎ		0	ウインナー	鶧
	コ じゃがいも		0 みそ		豆	Δ	とうもろこし		Δ	  青ねぎ/たまねぎ		ᇫ	にんじん		Δ	たまねぎ/にんじん	
	△ チンゲンサイ		けずりぶし				コンソメ	鶏 豚	0	みそ	豆	△	糸こんにゃく		△	マッシュルーム	
	コンソメ	鶏 豚	0 2910		強	1	しょうゆ	麦豆		けずりぶし		ᇫ	いんげん		Δ	セロリ	
	しょうゆ	麦豆	∆ にんじん,	ごぼう			しおこしょう		0	さば	鯖	0	こうやどうふ	豆	0	だいず	豆
	とりがらスープ	鶏	△ こんにゃく			0	とりにく	鶧	10	でんぷん			けずりぶし		0	じゃがいも	
7	△ たまねぎ/にんじん		△ いんげん				マーマレード	オレ		しおこしょう			さとう			コンソメ	鶏 豚
1	マカロニ	麦	O あぶらあ	<del>,</del>	豆		しょうゆ	麦豆	Δ	しょうが/にんにく			しょうゆ	麦豆		トマトケチャップ	
4	△ アスパラガス		△ いたけ			Δ	しょうが		Δ	青ねぎ			みりん		△	トマト	
	こ まぐろのあぶらづけ		ロさとう			Δ	にんにく		0	さとう			りょうりしゅ			しおこしょう	
	トマトケチャップ		しょうゆ		麦 豆		りょうりしゅ			しょうゆ	麦豆	Δ/0	キャベツ入りひらつくね	鶏 豚		さとう	
	△ トマト		だし汁			0	ひじき			こめず		Δ	たくあん	麦		オリープあぶら	
1	オリープあぶら		みりん				みりん		Δ	ごぼう		Δ	ほうれんそう		0	さわら	
	コンソメ	鶏 豚	ロサラダあ	56		Δ	きゅうり		Δ	にんじん/ピーマン		Δ	もやし			しおこしょう	
[	コ さとう		りょうりしゃ	)		Δ	とうもろこし		0	ぎゅうにく	<b>#</b>		さとう		Δ	パジル/オレガノ	
L	しおこしょう		△ きゃべつ/	こんじん		Δ	にんじん		0	ひらてん			しょうゆ	麦豆	Δ	きゃべつ	
-	△ ごぼう		0 ちりめんじ	やこ	(鯖 エピ 蟹 イカ)		さとう			さとう			みりん		△	アスパラガス	
4	△ にんじん/きゅうり		ロさとう				しょうゆ	麦豆		しょうゆ	麦豆				0	ペーコン	豚
4	△ とうもろこし		しょうゆ		麦 豆		こめず			みりん					Δ	にんじん	
4	△ えだまめ	豆	こめず/	みりん			ごまあぶら	ゴ		だし汁						しおこしょう	
1	コ ごまドレッシング	麦豆ゴ	ロサラダあ	ぶら		Γ				りょうりしゅ					L	とりがらスープ	鶏
	こどもの日ゼリー	り豆	□かしわも	ち	豆					サラダあぶら						•	
		<del></del>					<del></del>					 ٦				<del></del>	
$\overline{}$	14日(金)		17日(	٦١			18日(火)		Г	19日(水)	食育の日献立	H	20日(木)		Г	21日(金)	

19日(水)

18日(火)

֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓	ごはん 牛乳 ンカンド アー・ブルト ヨーグルト		タ	牛春白	はん 乳 雨スープ 身魚のチリ <sup>・</sup> 華そぽろ	ソース和え	牛け野	『はん ─乳 けんちん汁 芽菜炒め すゆうりのま	かか和え	件 も い	ち麦ご飯 知ります まままま かままま ままま かままま かままま かままま かままま かま	で きさみ和え	牛クた	ッペパン  乳  リームポタ  らのごまケチ  スタサラタ	ャップソース	牛肉だ酢	ぱん 乳 1じゃが しまき卵 ○の物 のりの	)佃煮
		71	ノルギー物質			アレルギー物質			アレルギー物質			アレルギー物質			アレルギー物質	L		アレルギー物
	ローごはん			_	ごはん			ごはん			ごはん		0	コッペパン	乳麦	-	ごはん	
<u>.</u>	〇 牛乳	乳		0	牛乳	乳	0	牛乳	乳		もちむぎ精麦	大麦		もちむぎ粉	大麦	0	牛乳	乳
۰ ا	0 とりにく	鶏		미	はるさめ		0	とうふ	豆	0	牛乳	乳	0	牛乳	乳	0	ぎゅうにく	4
	△ しょうが			Δ	レタス/にんじん		0	とりつくね	鴉		もちむぎ麺(町)	大麦	Δ	たまねぎ		△	しょうが	
-	△ にんにく			Δ	青ねぎ		Δ	だいこん		Δ	たまねぎ(町)		△	にんじん			じゃがいも	
١	□ じゃがいも				とうふ	豆	Δ	にんじん		Δ	にんじん		△	マッシュルーム		△	たまねぎ	
!	△ たまねぎ				チキンプイヨン	鶧	Δ	こんにゃく		0	あぶらあげ(県)	豆	0	じゃがいも		△	にんじん	
	△ にんじん				しょうゆ	麦豆	Δ	青ねぎ		Δ	えのき			クリームボタージュルウ	乳麦豆豚	△	糸こんにやく	
-	△ トマト				とりがらスープ	鶏		けずりぶし		Δ	青ねぎ(町)		0	とうにゅう	豆	△	いんげん	
-	△りんご	9		0	ほき			こんぷ			けずりぶし		△	パセリ		0	あつあげ	豆
	□ カレールー (甘口)	麦	IJ	미	でんぷん			しょうゆ	麦豆		こんぷ			しおこしょう			けずりぶし	
	□ カレールー(中辛)	麦	IJ		だいずあぶら	豆		りょうりしゅ			しょうゆ	麦豆		とりがらスープ	鶏		さとう	
	しおこしょう			Δ	しょうが			しお			りょうりしゅ		0	サラダあぶら			しょうゆ	麦豆
	ロサラダあぶら			미	さとう		Δ	きゃべつ		0	いわしのうめに	麦豆	0	たら		1	みりん	
	とりがらスー	プ発			こめす/りょうりしゅ		Δ	にんじん		Δ	きりぼしだいこん			トマトケチャップ			りょうりしゅ	
Ţ.	Δ きゃべつ				トマトケチャップ		Δ	いんげん		Δ	にんじん			ウスターソース			サラダあぶら	
	△ にんじん			П	サラダあぶら		0	ぶたにく	豚	Δ	きゅうり		0	さとう		0	幼小)だしまき玉子	卵麦りゴ豆
	△ こまつな				ぶたにく	豚	0	あつあげ	豆	Δ	こまつな(町)		0	白ごま	<b>⊒</b> *	0	中)だしまき玉子	卵豆麦
	ローアーモンド	7		Δ	たけのこ			さとう		Δ	もやし(県)		П	サラダあぶら		Δ	もやし	
	ロさとう			Δ	にんじん			しょうゆ	麦豆		白ごま			しお		0	わかめ	
	しょうゆ	麦	豆	Δ	いんげん			みりん		0	ささみ水煮	鶏	0	スパゲティ	麦	_	きゅうり	
	みりん			0	いりたまご	9p		りょうりしゅ			さとう		Δ	きゃべつ			白ごま	<b></b>
-	〇 ヨーゲルト	乳			さとう			とりがらスープ	鶏		しょうゆ	麦豆	△	とうもろこし			さとう	
ſ	•				しょうゆ	麦 豆	Δ	きゅうり		1	こめす		△	にんじん			しょうゆ	麦豆
					りょうりしゅ/みりん		Δ	にんじん						しそドレッシング	麦豆り		こめす	
					オイスターソース		0	かつおぶし						•	•	0	のりつくだに	豆麦
				Δ	しいたけ			さとう								Г	•	•
1				ا۸	しょうが			しょうゆ	麦豆	l								

20日(木)

21日(金)

14日(金)

17日(月)

※厚生労働省指定のアレルギー特定原材料の表示は以下のとおりです。 卵:たまご 乳:乳 麦:小麦 蕎:そば ピ:落花生 鮑:あわび イカ:いか ら:いくら エビ:えび オレ:オレンシ 蟹:かに キ:キウイ 4:牛肉 く:くるみ 鮭:さけ 鯖:さば 豆:大豆 鶏:鶏肉 豚:豚肉 マツ:まつたけ モモ:もも 芋:やまいも り:りんご ゼ:ゼラチン バ:パナナ カシ:カシューナッツ ゴ:ごま ア:アーモンド

<sup>○</sup>赤の食品・・体をつくるもの(たんぱくしつ ・むきしつ) □黄の食品・・熱や力のもとになるもの(たんすいかぶつ・しぼう) △録の食品・・体の調子をととのえるもの(ビタミン)

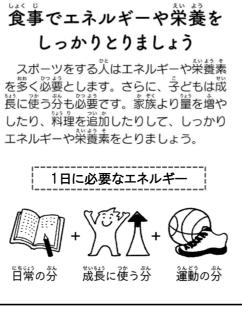
<sup>※</sup>たまごが含まれる献立名・材料に色を付けています。

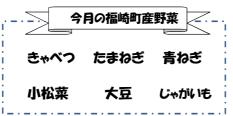
<sup>※</sup>食材等の都合により献立が変更になる場合があります。

<sup>※</sup>献立表には、給食提供可能な日の全ての献立が掲載されておりますので、各学校・園における給食実施日とは異なる場合があります。

		24日(月)			25日(火)			26日(水)			27日(木)		Π	28日(金)			31日(月)	
	E	はん		IJ	はん	もち麦ご飯			ち麦ご飯		ッペパン		ごはん				はん	
	4	·乳		4	·乳		4	·乳		4	-乳		4	-乳		4	·乳	
こん	ŧ	やしのスー	-プ	す	まし汁		ピ	ーフンスー	- プ	Œ	うれん草と	卵のスープ	اع	うふのみそ	<del>:</del> 汁	H	そ汁	
だだ	た	まねぎと鶏肉	の甘辛炒め	И	ンパーグたま	<b>もぎソース</b>	ピ	ピンバ		チ	キンカツ		7	"ジの南部爆	<b>き</b>	さ	わらの竜田	揚げ
て	小	松菜の和え	.物	切	干大根と豚	肉の炒め物	中	華ナムル		カ	レーサラタ	t	ŧ	ゃべつのま	ჽかか和え │	V	じきの煮物	]
										ア	セロラゼリ	J —				小	中)ゆかり	ふりかけ
		1	アレルギー物質			アレルギー物質			アレルギー物質			アレルギー物質			アレルギー物質			アレルギー物質
		ごはん			ごはん			ごはん			コッペパン	乳麦		ごはん			ごはん	
=	0	牛乳	乳	0	牛乳	乳		もちむぎ精麦	大麦		もちむぎ粉	大麦	0	牛乳	乳	0	牛乳	乳
7	Δ	もやし		Δ	たまねぎ		0	牛乳	乳	0	牛乳	乳	Δ	たまねぎ			じゃがいも	
だ		じゃがいも		0	とうふ	豆	П	ピーフン		Δ	たまねぎ		]△	にんじん		Δ	にんじん	
てざ	△	にんじん/青ねぎ		Δ	だいこん		Δ	たまねぎ/青ねぎ		Δ	にんじん		0	とうふ	豆	Δ	たまねぎ	
い		たけのこ		Δ	にんじん		Δ	にんじん/えのき		Δ	ほれんそう			じゃがいも		0	あぶらあげ	豆
りょ		チキンプイヨン	鶏	Δ	青ねぎ		0	ペーコン	豚		じゃがいも		Δ	青ねぎ		Δ	青ねぎ	
5	Ш	しょうゆ	麦 豆		けずりぶし		0	とうふ	豆	Δ	しめじ		0	あぶらあげ	豆	0	みそ	豆
'	ш	とりがらスープ	鶏		こんぶ			チキンプイヨン	鶏	0	たまご	脚		けずりぶし			けずりぶし	
		たまねぎ				麦豆			麦 豆		コンソメ	鶏 豚	_	みそ		- 1	さわら竜田あげ	
		にんじん			りょうりしゅ			塩こしょう/りょうりしゅ			しおこしょう		1 -	あじ	1 1	_		豆
	1-1	糸こんにやく			しお			とりがらスープ	鶏		しょうゆ	麦豆	4	白ごま		_	ひじき	
		いんげん		_	豆腐チキンハンパーグ	鶏 豆 豚		ほうれんそう		_	チキンカツ	鶏 豆	-	さとう			にんじん	
	I - I	- * · · •	鶏		たまねぎ			もやし/にんじん		_	だいずあぶら	豆	-	しょうゆ	麦豆		いんげん	_
	I - I		豆		サラダあぶら		1 -		4	_	きゃべつ			みりん		- 1		鶏
		さとう		ш	さとう			しょうが/にんにく			きゅうり		Ŀ	りょうりしゅ		_		豆
			麦豆			麦豆	_	さとう			にんじん		I -	きゃべつ		ш	さとう	
		みりん りょうりしゅ		_	みりん きりぼしだいこん			しようゆ みりん/りょうりしゅ	麦豆	ш	さとう しょうゆ	麦豆	1	にんじん かつおぶし			しょうゆ みりん	麦豆
		りょうりしゅ サラダあぶら		_		i i i i i i i i i i i i i i i i i i i		プまあぶら ごまあぶら	<b> </b>		ひようゆ みりん	麦豆	1 -	かつおかし			みりん だし汁	
	$\equiv$	リファめから こまつな			<b>ふたにく</b> にんじん	199-	ᆖ	<b>し ま め ふ り</b> もやし/とうもろこし	-		カレーこ		"	しょうゆ	麦豆		たし开 りょうりしゅ	
		にんじん			ほうれんそう			きゅうり/にんじん		_	アセロラゼリー	u	1	みりん		П	サラダあぶら	
		しめじ			さとう				麦豆	_	,	1,	+	107.7.0	-	_	ゆかりふりかけ	
		さとう		_		麦豆			麦豆						}		.2 4. 3 40. 3 41.11	
			麦豆		みりん/りょうりしゅ	~-	۱.,	さとう										
		みりん	~ 4		サラダあぶら			白ごま										

<del> </del> #96						
土曜日	給食					
	アレルギー物質					
1日						
スティックパン	乳卵麦豆					
<b>ぶどうゼリー</b>						
魚肉ソーセージ	麦豆蟹鲑					
8日						
パターロール	卵乳麦豆					
6Pチーズ	乳					
カットオレンジ	オレ					
15日						
おにぎり(鮭)	豆鮭					
パナナ	パ					
ヨーグルト	乳					
22日						
黒糖テーブルロール	卵乳麦豆					
カットりんご	ŋ					
魚肉ソーセージ	麦豆蟹鲑					
29日						
おにぎり(昆布)	麦豆ゴ					
パナナ	パ					
ヨーグルト(いちご)	乳					
お知	16 <b>t</b>					
│ 〈給食費口座	፟Σ振替日>					
4月分の給食						
5月20日	3(木)					
3)]20H(/N)						





## 

がなる 水化物 ビタミンB群・C





エネルギー源の競泳化物を含む資語と、これをエネルギーにかえるのに必要なビタミンB群をとりましょう。また、様の調子をととのえるビタミンCや、資節予防に役立つ鉄を含む資品も失切です。



## **筋力・瞬発力をつけたい人は**

たんぱく質





筋肉の材料になるたんばく質をとりましょう。ただし、たんぱく質が多い食品は脂質を含むものも多いので、とりすぎに注意します。また、艾夫な胃をつくるため、カルシウムを含む資品も失切です。



給食の主な材料について、使用予定の産地を 福崎町ホームページで公開しています。 こちらもあわせてご覧ください。

○赤の食品・・体をつくるもの(たんぱくしつ ・むきしつ)

口黄の食品・・熱や力のもとになるもの(たんすいかぶつ・しぼう)

△緑の食品・・体の調子をととのえるもの(ビタミン)

※たまごが含まれる献立名・材料に色を付けています。

4月分の再振替日

6月7日(月)

前日までの入金をお願

いします。

%食材等の都合により献立が変更になる場合があります。

※献立表には、給食提供可能な日の全ての献立が掲載されておりますので、各学校・園における給食実施日とは異なる場合があります。

※厚生労働省指定のアレルギー特定原材料の表示は以下のとおりです。 卵:たまご 乳:乳 麦:小麦 蕎:そば ピ:落花生 鮑:あわび イカ:いか ら:いくら エビ:えび オレ:オレンジ 蟹:かに キ:キウイ 牛:牛肉 く:くるみ 鮭:さば 頭:大豆 鶏:鶏肉 豚:豚肉 マツ:まつたけ モモ:もも 芋:やまいも り:りんご ゼ:ゼラチン バ:バナナ カシ:カシューナッツ ゴ:ごま ア:アーモンド

※アレルギー特定原材料以外で表示するものは以下の通りです。 大麦・大麦・もち麦