



令和6年度 5月中学校給食予定献立表



調理場

三島市立錦田学校給食共同調理場

日	献立名	主に体の組織をつくる食品群	主に体の調子を整える食品群	主にエネルギーになる食品群	エネルギー(kcal) たんぱく質(g)		
5月はお茶の初摘みが行われる時期です。今月は三島市のお茶を使った献立が登場します。お茶の香りを楽しみましょう。							
1 (水)	こどもの日献立	5月5日はこどもの健やかな成長を願うこどもの日です。給食では、出世魚である「ぶり」とすくすくと成長する「筍」を使って「すくすくと立派な大人になって下さい」という願いを込めた献立にしました。				769kcal 24.9g 	
	ご飯(麦)・牛乳		牛乳		精白米・麦		
	ぶりフライ (トマトソース)	ぶり		トマト・バジル 玉葱・にんにく	小麦粉・パン粉 植物油 植物油		
	おひたし			小松菜・人参 キャベツ			
	若竹汁 柏餅	蒲鉾 あずき	わかめ	葉葱 玉葱・筍	うるち米・砂糖		
2 (木)	麦ご飯・牛乳		牛乳		精白米・麦	711kcal 27.7g	
	中華丼	豚肉・いか 蒲鉾		人参 小松菜 キャベツ・玉葱 もやし・筍・椎茸	てん粉 植物油 ごま油		
	じゃが芋の中華サラダ			人参 きゅうり・とうもろこし	じゃが芋・砂糖 ごま・ごま油		
	うずら卵のしょうゆ煮	うずら卵					
7 (火)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳		精白米・麦	782kcal 32.3g	
	マーボー豆腐	豆腐・豚肉・大豆 レバー・みそ		人参 葉葱 玉葱・筍・にんにく 椎茸・生姜 きゅうり	砂糖 てん粉 じゃが芋 砂糖 ごま ごま油		
	ポテトのゴマドレッシング						
8 (水)	わかめご飯・牛乳		わかめ・牛乳		精白米・麦	741kcal 26.3g	
	ちくわのお茶粉揚げ	竹輪・鶏卵		粉末茶	小麦粉 植物油		
	五目きんぴら	鶏肉		人参 さやいんげん ごぼう	こんにゃく・砂糖 ごま・植物油		
	具たくさん汁	みそ・油揚げ		人参・葉葱 玉葱・キャベツ	じゃが芋		
9 (木)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳		精白米・麦	776kcal 31.4g	
	ポテトの玉子焼き (ごまソース)	鶏卵・豚肉・ウィンナー	牛乳	人参 玉葱	じゃが芋 砂糖 ごま 植物油		
	五目豆	鶏肉・大豆・竹輪		人参・さやいんげん ごぼう	こんにゃく・砂糖		
	みそ汁	みそ	茎わかめ	人参・葉葱 大根			
	のりふりかけ	鰹節	のり	抹茶	砂糖・てん粉		
10 (金)	うどん・牛乳		牛乳		小麦粉	811kcal 30.9g	
	カレーうどん汁	豚肉・かまぼこ	脱脂粉乳 チーズ	人参・葉葱 玉葱・しめじ・椎茸 にんにく	カレールー		
	ツナサラダ	かつお油漬け		人参 キャベツ・レタス きゅうり	砂糖 ごま 植物油		
	三島茶蒸しパン	調整豆乳・鶏卵		粉末茶	ホットケーキミックス 砂糖 植物油		
13 (月)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳		精白米・麦	730kcal 27.5g	
	ししゃもの竜田揚げ		ししゃも		てん粉 植物油		
	ひじきの炒め煮	さつま揚げ 大豆	ひじき	人参 さやいんげん	砂糖 ごま 植物油		
	豚汁	豆腐・みそ・豚肉		人参・葉葱 大根・ごぼう	じゃが芋・こんにゃく		
14 (火)	緑茶粉入りロールパン		脱脂粉乳	緑茶	小麦粉・砂糖	ショートニング	722kcal 34.6g
	ロールパン		脱脂粉乳		小麦粉・砂糖	ショートニング	
	牛乳		牛乳				
	チリビーンズ	豚肉・大豆・レバー ウィンナー		トマトピューレ 玉葱 にんにく・生姜	砂糖 植物油		
	ロメインレタスと卵のスープ 型抜きチーズ	鶏卵・ベーコン		人参 玉葱・ロメインレタス	春雨・てん粉 植物油		
15 (水)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳		精白米・麦	775kcal 36.2g	
	親子丼	鶏卵・鶏肉 蒲鉾		人参 玉葱・筍・しめじ グリーンピース・椎茸	砂糖		
	みそ汁	みそ・油揚げ	わかめ	葉葱 玉葱	さつま芋		
	加工小魚		かたくちいわし		砂糖・てん粉		
16 (木)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳		精白米・麦	739kcal 30.8g	
	ふかの磯風味	ふか・大豆	青のり		砂糖・てん粉 カシューナッツ 植物油		
	海藻サラダ		ちりめんじゃこ わかめ	人参 キャベツ・きゅうり レタス	砂糖 ごま ごま油		
	みそ汁	みそ	茎わかめ	葉葱 玉葱	じゃが芋		

箱根西麓のうみんずさんより
無償で提供していただきます。

【お知らせ】天候により、使用食材が変更になる場合があります。

日	献立名	主に体の組織をつくる食品群	主に体の調子を整える食品群	主にエネルギーになる食品群	エネルギー(kcal) たんぱく質(g)	
17 (金)	世界の給食	給食で世界の料理を味わおう! 今月は「タイ」 				739kcal 30.8g
	ご飯(麦)・牛乳	牛乳		精白米・麦		
	ガパオライスの具	鶏肉 大豆	 人参・ピーマン 赤ピーマン・バジル	玉葱・筍 生姜・にんにく	砂糖 でん粉	
	春雨スープ 国産レモンゼリー	豆腐・ベーコン わかめ	チンゲン菜	もやし・玉葱 レモン果汁	春雨 砂糖 植物油	
20 (月)	ご飯(麦)・牛乳	牛乳		精白米・麦	747kcal 32.0g	
	さばのカレーチーズ焼き	さば チーズ		砂糖		
	青菜のアーモンド和え		小松菜 人参	キャベツ		アーモンド ごま油
21 (火)	ポテトスープ	ベーコン	人参 チンゲン菜	玉葱	じゃが芋 植物油	
	ターメリックライス・牛乳	牛乳		精白米・麦	739kcal 24.5g	
	ホワイトソース	鶏肉・白花豆 ベーコン	牛乳 脱脂粉乳	人参 パセリ		玉葱 マッシュルーム
ビーンズサラダ	大豆		きゅうり・キャベツ 枝豆・とうもろこし	砂糖 ごま油		
 ふるさと給食 						
22 (水)	麦ご飯・牛乳	牛乳		精白米・麦	782kcal 27.3g	
	海老芋コロッケ		蟹田市の特産品「海老芋(えびいも)」を味わいましょう。	玉葱		
	ひじき入りチャブチェ	豚肉	ひじき	ピーマン・人参 赤ピーマン		白菜キムチ
	中華コーンスープ ヨーグルト	豆腐・鶏卵	わかめ ヨーグルト	人参・葉葱		とうもろこし・しめじ
23 (木)	ご飯(麦)・牛乳	牛乳		精白米・麦	708kcal 33.4g	
	鮭の西京焼き	鮭・みそ		砂糖		
	エリンギソテー		チンゲン菜	キャベツ・エリンギ		でん粉 植物油
	けんちん汁 ミルクプリン	豆腐・鶏肉	牛乳・脱脂粉乳 生クリーム	人参・葉葱 大根・ごぼう		じゃが芋・蒟蒻・でん粉 ミルクプリンの素
24 (金)	ご飯(麦)・牛乳	牛乳		精白米・麦	787kcal 28.4g	
	生揚げの中華煮	生揚げ 豚肉	人参 チンゲン菜	白菜・椎茸 生姜		砂糖 でん粉 植物油 ごま油
	さつま芋と大豆のサラダ	大豆		きゅうり		さつま芋・砂糖 マヨネーズ (卵不使用)
	みそ汁	豆腐・みそ・油揚げ	小松菜	大根		
27 (月)	ご飯(麦)・牛乳	牛乳		精白米・麦	738kcal 25.5g	
	あじフライ (ソース)	あじ		パン粉・小麦粉 砂糖・でん粉 植物油		
	ごま和え みそ汁	油揚げ・みそ	わかめ	小松菜・人参 葉葱		キャベツ 玉葱 じゃが芋
28 (火)	ご飯(麦)・牛乳	牛乳		精白米・麦	837kcal 27.6g	
	ハヤシライス	豚肉	人参	玉葱・しめじ・グリーンピース にんにく・生姜		ハヤシルウ・小麦粉 バター・植物油
29 (水)	青菜のジャコサラダ		ちりめんじゃこ 小松菜・人参	キャベツ	砂糖 ごま・ごま油	
	ご飯(麦)・牛乳	牛乳		精白米・麦	732kcal 23.8g	
	いわしのトマト煮	いわし	トマト	玉葱・レモン		砂糖・米粉
ポテトサラダ		人参	きゅうり	じゃが芋・砂糖 マヨネーズ (卵不使用)		
30 (木)	豆腐とチンゲン菜のスープ	豆腐・ベーコン	人参・チンゲン菜	玉葱・えのき茸	植物油	
	ご飯(麦)・牛乳	牛乳		精白米・麦	873kcal 38.5g	
	小松菜豚丼	豚肉	小松菜	玉葱・白菜・筍・椎茸 にんにく・生姜		砂糖・でん粉 ごま油・植物油
いんげん豆とじゃこの 甘辛煮	白いんげん豆	ちりめんじゃこ		砂糖 でん粉 アーモンド 植物油		
31 (金)	果物			ニューサマーオレンジ		
	ご飯(麦)・牛乳	牛乳		精白米・麦	722kcal 23.9g	
	しらすとあおさ入り 厚焼玉子	鶏卵・鰹節	しらす・あおさ	砂糖・でん粉 植物油		
肉じゃが	豚肉	人参 さやいんげん	玉葱	じゃが芋・しらたき 砂糖		
	だんご汁		人参・葉葱	大根・ごぼう・舞茸	玄米・こんにゃく	

【お知らせ】天候により、使用食材が変更になる場合があります。

◆今月の給食回数は21回の予定です。

錦田中学校:23日・24日は1・2年生・5組は給食がありません。
28日・29日・30日は3年生は給食がありません。

山田中学校:15日・16日・17日は給食がありません。

【今月の給食で使用している地場産物】

- ・しめじ・・・川原ヶ谷地区の長谷川園さん
- ・ロメインレタス・・・箱根西麓のうみんずのみなさん
- ・玉葱・・・山田地区の杉山久雄さん
- ・小松菜・・・山田地区の林正俊さん
- ・粉末茶・・・塚原地区の杉本大輔さん

ロメインレタスをいただきます!

5月14日のロメインレタスは『JAふじ伊豆三島函南地区箱根西麓のうみんず』の方々より、無償提供していただきます。

