



5月給食だより



毎月19日は食育の日
19日は子ども達と
食卓を囲んで、家庭で
食事を楽しみましょう！

天候等の都合により、献立・食材を変更する場合があります。

<p>1(月)</p> <p>大根の甘酢あえ たい焼き チリメンひじき 麦ごはん 牛すき焼き</p> <p>献立名</p> <p>『子どもの日』にちなんだ給食</p>	<p>2(火) 欠食：屋部小・幼 中山分校</p> <p>くだもの 大豆の磯辺揚げ ポテトとブロッコリーのおかか和え いりこ青菜 豆腐とキャベツのかき玉汁</p> <p>献立名</p>	<p>3(水)</p> <p>憲法記念の日</p> <p>献立名</p>	<p>4(木)</p> <p>みどりの目</p> <p>献立名</p>	<p>5(金)</p> <p>こどもの日</p> <p>献立名</p>
<p>8(月)</p> <p>スライスパン キャベツコーンサラダ 麦ごはん チキンカレー</p> <p>献立名</p>	<p>9(火) アーモンド おこし たまなすーネー もずく丼(麦ごはん)</p> <p>献立名</p>	<p>10(水) グルコンの シークワサーソース 黒糖蒸しケーキ クファジュシー パパイヤのツナおかか和え</p> <p>献立名</p> <p>『黒糖の日』給食</p>	<p>11(木) くだもの マカロニポテトサラダ 麦ごはん 県産まぐろのチリビーンズ</p> <p>献立名</p>	<p>12(金) 大根ツナ サラダ アセロラゼリー ちくわのパン粉焼き カルボナーラ風うどん</p> <p>献立名</p> <p>『アセロラの日』給食</p>
<p>15(月) 欠食：屋部小・幼 中山分校</p> <p>たまなすーネー くだもの スルルーのからあげ あわごはん クーリジシ</p> <p>献立名</p> <p>『沖縄本土復帰記念日』献立</p>	<p>16(火) ブロッコリー ツナサラダ きなこあげパン 白いんげん豆のクリームシチュー</p> <p>献立名</p>	<p>17(水) サバの塩焼き くだもの 大根のごまじゃこ和え たけのこごはん</p> <p>献立名</p>	<p>18(木) 豆乳ココア 蒸しパン スタミナ豚丼(麦ごはん) キャベツのおかか和え</p> <p>献立名</p>	<p>19(金) がんばろう スコーン ブロッコリー スパゲッティ アーモンドミートソース サラダ</p> <p>献立名</p> <p>『屋部小運動会応援』給食</p>
<p>22(月) 欠食：安和小・幼 屋部小・幼・中山分校</p> <p>バナナカップケーキ パパイヤの甘酢和え わかめごはん 牛汁</p> <p>献立名</p>	<p>23(火) 洋梨ハーフ 小松菜とポテトのサラダ 麦ごはん ポークハヤシライス</p> <p>献立名</p>	<p>24(水) 小魚とアーモンドのごまがらめ くだもの 五目焼きめし パンサンスー</p> <p>献立名</p>	<p>25(木) いわしの梅煮 くだもの 切干大根の五目炒め 麦ごはん おぼろ豆腐汁</p> <p>献立名</p>	<p>26(金) 子持ちししゃも さつまポテトフライ 大根ときゅうりのごま和え 肉野菜うどん</p> <p>献立名</p>
<p>29(月) くだもの 大根の中華風サラダ 麦ごはん マーボーなす</p> <p>献立名</p>	<p>30(火) コールスロー 型抜きチーズ かつおのランチカツ バーガーパン マッシュルームスープ</p> <p>献立名</p>	<p>31(水) ほうれん草 チーズオムレツ 青リンゴゼリー スパゲッティ コーンサラダ カレーピラフ</p> <p>献立名</p>	<p>今月の うちな一行事食</p> <p>15日 復帰記念日献立</p> <p>1972年5月15日、日本に返還され沖縄県が誕生しました。沖縄の本土復帰を記念した献立で、今年で51年目になります。沖縄の歴史と平和の大切さを考える機会にして欲しいです。</p> <p>5.15</p>	<p>密なご産食材密 5月の食材</p> <ul style="list-style-type: none"> 豚肉・鶏肉・鶏卵 葉ねぎ・にら・冬瓜 きゃべつ・大根 もやし・パパイヤ きゅうり・なす シークワサー果汁 <p>給食では、名護市内や県産、地元食材を中心に活用し、給食提供に努めています。</p>

令和5年5月 詳細献立表

TEL 0980-53-0670

★お知らせ★ 台風等の天候や材料の都合により、献立を変更することがあります。その時は、学校からの献立変更のお知らせを「確認ください」。

日 / 曜 日	献立名	3つのグル(赤) (緑) (黄) の動きと使用食材名			調味料・だしなど
		(赤) おもに肉・肉・骨となる 2群(たんぱく質・無機質)	(緑) おもに体の調子を整える 3・4群(ビタミン・無機質)	(黄) おもに力や熱となる 5・6群(炭水化物・脂質)	
1 / 月	まごはん 牛すき焼き 大根の旨酢和え チリメンひじき ミニたい焼き	牛肉 豆腐 かまぼこ しらす ひじき	椎茸 はくさい たまねぎ 長ねぎ だいこん きゅうり こんにやく	米 麦 春雨 三温糖 でん粉 こめ油 グラニュー糖 ごま油 三温糖 ごま	酒 めんつゆ(小麦 大豆) 醤油 みりん シママース 粉かつお 醤油 酢 醤油 みりん
2 / 火	いりこ煮込みごはん キャベツと豆腐のかき玉汁 ポテトとブロッコリーのおかか和え 大豆の塩揚げ くだもの	鶏卵 豆腐 オーシャンキング ちくわ 糸けずり 大豆 煮のり粉	キャベツ ブロッコリー もやし にんじん オレンジ(予定)	米 でん粉 じゃがいも 三温糖 ごま油 でん粉 三温糖 大豆油	いりこ煮込み(ごま) 醤油 シママース かつおだし 粉かつお 醤油 醤油
8 / 月	まごはん チキンカレー キャベツコーンサラダ スライスパン	鶏肉 白いんげん豆 ツナ(大豆)	にんじん たまねぎ ピーマン にんにく 生姜 キャベツ きゅうり にんじん コーン パン缶	米 麦 こめ油 じゃが芋 ノンエッグマヨ 三温糖	カレー粉 カレーフレーク ウスターソース ケチャップ シママース とんかつソース(大豆 りんご) チョップネ(りんご) 鶏だし骨 醤油
9 / 火	まごはん もずく丼 タマネースーナー アーモンドおこし	もずく 豚肉 大豆 ちくわ 豆腐	にんじん たまねぎ 赤ピーマン ピーマン コーン きくらげ キャベツ もやし にんじん	米 麦 こめ油 三温糖 でん粉 三温糖 ごま ごま油 アーモンド ごま こめ油 マッシュロ(ゼラチン) ノンエッグマヨ	醤油 本みりん 粉かつお 醤油
10 / 水	クワアジュシー グルクンのシークワサーソース ハワイヤのツナおかか和え 高糖質シケーキ	豚肉 チキアギ(大豆) 油揚げ グルクン ツナ(大豆) 糸けずり	にんじん 椎茸 ねぎ たまねぎ 赤ピーマン シークワサー果汁 ハワイヤ にんじん もやし こんにやく	米 こめ油 小麦粉 でん粉 大豆油 グラニュー糖 三温糖 ごま油	醤油 本みりん かつおだし シママース 鶏だし骨 酢 醤油 醤油
11 / 木	まごはん 照り焼きのチリピーズ マカロニポトサラダ くだもの カルボナーラ風うどん	まぐろ 牛肉 大豆 ツナ(大豆)	にんにく たまねぎ にんじん ピーマン きゅうり たまねぎ コーン オレンジ(予定)	米 麦 こめ油 でん粉 マカロニ(小麦) じゃがいも ノンエッグマヨ 三温糖	酒 ハヤシルウ フレーク(小麦 大豆 牛肉) デミグラスソース ケチャップ ウスターソース トマトピューレー チリミックス(小麦 乳 豚) カレー粉 シママース 鶏だし骨 醤油
12 / 金	大根の旨酢和え 竹輪のパン粉焼き アセロラゼリー	ちくわ(大豆) 加工牛乳	だいこん きゅうり にんじん コーン パセリ	三温糖 ノンエッグマヨ ノンエッグマヨ パン粉(小麦 大豆)	醤油 醤油
15 / 月	あわごはん ケリジシ タマネーチャンブル スルールのから揚げ くだもの	鶏肉 カステラかまぼこ(卵 大豆) 豚肉 豚肉 豆腐 きびなご	とうがん 椎茸 こんにやく キャベツ にんじん もやし にら	米 もちきび でん粉 こめ油 でん粉 でん粉 小麦粉 大豆油	醤油 シママース かつおだし 粉かつお 醤油 シママース シママース こしょう
16 / 火	きな粉揚げパン 白いんげん豆のクリームシチュー	きな粉(大豆) 鶏肉 白いんげん豆ペースト 脱脂粉乳(乳)	たまねぎ にんじん	大豆油 コッパン(小麦 乳 大豆) アーモンド粉 グラニュー糖 三温糖	醤油 ホワイトルウ(小麦 乳 大豆 牛 鶏) シママース こしょう 鶏だし骨
17 / 水	ブロッコリーツナサラダ たけのこごはん 大根のごまじゃこ和え サバの塩焼き くだもの	ツナ(大豆) 鶏肉 チキアギ(大豆) 油揚げ ちくわ しらす サバ	ブロッコリー にんじん たまねぎ きゅうり コーン にんじん たけのこ 椎茸 菜の花 だいこん きゅうり もやし にんじん こんにやく	ノンエッグマヨ 三温糖 米 こめ油 ごま 三温糖 ごま油	醤油 醤油 醤油 シママース 鶏だし骨 醤油 酢
18 / 木	まごはん スタミナ豚丼 キャベツのおかか和え 豆乳ココア蒸しパン	豚肉 ちくわ 糸けずり 調整豆乳(大豆)	にんにく 生姜 たまねぎ にんじん にら キャベツ にんじん もやし こんにやく	米 麦 じゃがいも こめ油 でん粉 三温糖 ごま油	酒 焼き肉のタレ(小麦 大豆 りんご ごま 豚) 醤油 シママース みりん 醤油
19 / 金	スパゲティミートソース ブロッコリーアーモンドサラダ がんばらうすコーン	牛肉 豚肉 鶏レバー 大豆 ツナ(大豆) 加工牛乳	にんにく たまねぎ にんじん マッシュルーム ブロッコリー にんじん きゅうり コーン	大豆油 コッパン(小麦 乳 大豆) アーモンド粉 グラニュー糖 三温糖 アーモンド ノンエッグマヨ 三温糖	赤ワイン トマトピューレー ケチャップ ウスターソース デミグラスソース シママース 紐マスタート 醤油
22 / 月	わかめごはん 牛汁 ハワイヤの旨酢和え バナナカップケーキ	牛肉 昆布 ちくわ 鶏卵	生姜 にんにく だいこん にんじん こんにやく ハワイヤ にんじん きゅうり もやし バナナ	米 じゃがいも グラニュー糖 ごま油 サターアングギー粉(小麦 乳 大豆) ココア はちみつ こめ油	炊き込みわかめ 酒 かつおだし シママース 醤油 粉かつお 醤油 酢 ベーキングパウダー
23 / 火	まごはん ポークハヤシライス ポテトと小松菜のサラダ 洋梨パン 五目焼きめし	豚肉 豚レバー クリームチーズ(乳) ツナ(大豆) 洋梨 豚肉 かまぼこ 大豆	にんにく たまねぎ にんじん マッシュルーム ピーマン ごま たまねぎ コーン 洋梨 にんじん 長ねぎ 玉ねぎ 椎茸 にんにく	米 麦 こめ油 小麦粉 でん粉 じゃがいも ノンエッグマヨ 三温糖	赤ワイン ハヤシルウ(小麦 大豆 牛肉) トマトピューレー ケチャップ デミグラスソース ウスターソース シママース 鶏だし骨 醤油 醤油 みりん 中華だし(大豆 牛 豚 鶏 ゼラチン) シママース こしょう 鶏だし骨
24 / 水	ハンサンズ 小魚とアーモンドのゴマがらめ くだもの	ハム(豚 鶏 大豆) カエリ	きゅうり もやし	春雨 ごま グラニュー糖 ごま油 アーモンド ごま 三温糖	酢 醤油 醤油 みりん
25 / 木	あわごはん おぼろ豆腐汁 切干大根の五目炒め いわしの焼魚 くだもの	鶏卵 鶏肉 押し豆腐 ちくわ 油揚げ	長ねぎ たまねぎ 干切大根 椎茸 にんじん イングン こんにやく いわし(刺身(小麦 大豆))	米 もちきび でん粉 こめ油 三温糖	醤油 かつおだし シママース 粉かつお 醤油 本みりん 粉かつお
26 / 金	肉野菜うどん 子供らしやもフライ 大根ときゅうりのごま和え さつまポテト	豚肉 かまぼこ 子供らしやもフライ ちくわ	にんにく 生姜 きくらげ キャベツ にんじん たまねぎ もやし 子供らしやもフライ(小麦 大豆) 大豆油	うどん(小麦) こめ油 ごま 三温糖 ごま油	めんつゆ(小麦 大豆) 醤油 シママース 鶏だし骨 醤油
29 / 月	まごはん マーボーなす 大根の中華風サラダ くだもの	豆腐 豚肉 豚レバー 大豆 みそ オーシャンキング	なす たまねぎ にんじん きくらげ にら にんにく 生姜 だいこん きゅうり もやし バナナ(予定)	米 麦 こめ油 三温糖 でん粉 春雨 グラニュー糖 ごま油 ごま	テンメンジャン(大豆 小麦) オイスターソース 麻婆豆腐の素(小麦 大豆) 醤油 醤油 酢
30 / 火	バーガーパン かつおメンチカツソース(あり) マッシュルームスープ コーンスローサラダ 照り焼きチーズ カレーピラフ	ハム(豚 鶏 大豆) キャベツ きゅうり コーン ウィンナー(豚) 大豆	マッシュルーム たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり コーン チーズ(乳)	バーガーパン(小麦 乳 大豆) ウスターソース 砂糖 でん粉 ノンエッグマヨ グラニュー糖	醤油 チキンコンソメ(小麦 乳 鶏) シママース こしょう 鶏だし骨 酢 醤油
31 / 水	スパゲティコーンサラダ ほうれん草チーズオムレツ 煮干しゼリー	ツナ(大豆) 鶏肉 チーズ(乳)	きゅうり キャベツ コーン ほうれん草 たまねぎ	米 こめ油 スパゲティ(小麦) ノンエッグマヨ 三温糖 ノンエッグマヨ	カレー粉 醤油 シママース チキンコンソメ(小麦 乳 鶏 大豆) 鶏だし骨 醤油 ケチャップ シママース

※予定詳細献立表は、食品表示法に定められている28品目のみとなっています。
 乳・卵・小麦・そば・ピーナッツ・えび・かに・あわび・いか・いくら・オレンジ・キウイフルーツ・牛肉・くるみ・さけ・さば・大豆・鶏肉・豚肉・まつたけ・もも・やまいも・ちんご・ゼラチン・バナナ・ごま・カシューナッツ・アーモンドの表示をしています。
 ※揚げ油(大豆)は、揚げ調理で複数回の調理に使用しています。 ※もち・枝豆・あお豆の原料は、大豆です。 ※もずく・あおさ・のり等の海藻類や、アサリ等の二枚貝、しらす等の小魚類には、いかにえびかにの稚魚が混入していることがあります。
 《よく使用する調味料のアレルギーマーカーの一覧》
 ①醤油、薄口醤油(小麦・大豆) ②酢・特濃酢・ワインベガ(小麦) ③ウスターソース(大豆・りんご) ④カレー粉(小麦・大豆・牛肉・鶏肉) ⑤豆腐・豆乳・おから・赤みそ・白みそ・麦みそ・甘口みそ・油あげ・厚揚げ・大豆油(大豆)
 ⑥デミグラスソース(小麦・鶏肉) ⑦マーガリン(乳・大豆) ⑧バター(乳) ⑨ごま油(ごま・大豆) ⑩ノンエッグマヨネーズ(大豆) ⑪鶏だし骨(鶏肉・卵) ⑫豚だし骨(豚肉)