

5月 献立表



連休のため、いつもより注文締め切りが早くなっています！

5/2(月)・5/6(金)の注文 ⇒ 4/19(火)まで
 5/9(月)～5/11(水)の注文 ⇒ 4/22(金)まで
 5/13(金)の注文 ⇒ 4/25(月)まで



月	火	水	木	金
2 三色丼 じゃが芋と魚の抹茶天ぷら 小松菜とサバの和え物 みたらし団子 牛乳(200) 注文締切 4/19	3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日	6 トマトハヤシライス ヒレかつ コーンバターソテー 豚肉と大豆のBBQソース煮 ジェム・ゼスバゲティ ひとくち桃ゼリー 牛乳 注文締切 4/19
9 鯖のカレーパン粉焼き 小松菜とコーンのソテー ミートボール えびマカロニグラタン のりの佃煮 ごはん・牛乳 注文締切 4/22	10 鶏のからあげ甘辛 ブロッコリーのガーリック炒め じゃが芋の味噌バター煮 ほうれん草オムレツ ツナっぼふりかけ ごはん・牛乳 注文締切 4/22	11 キーマカレー 野菜コロッケ ブロッコリーのサラダ 福神漬け ごはん・牛乳 注文締切 4/22	12 全校給食なし	13 豚じゃが おこのみあげ 白菜とツナの煮物 黄桃(缶) 鶏と生姜の炊き込みごはん 牛乳 注文締切 4/25
16 鶏肉のバタぼんステーキ 青のりポテト とまとスパゲッティ ささみのパンパンジー DHA満点ふりかけ ごはん・牛乳 注文締切 5/6	17 ピンパ 大根と厚揚げの煮物 しらすとキャベツのパスタ たけのこの土佐煮 ごはん・牛乳 注文締切 5/6	18 ジンジャーチキン ほうれん草とコーンのソテー ちくわの磯辺揚げ こんにやくチャブチ にんじんのしりしりー うすいえんどうごはん 牛乳 注文締切 5/6	19 白身魚のきのこマヨネーズ焼き トマトマカロニ 大根と鶏肉の煮物 キャベツのコンソメ炒め 牛肉とごぼうのしぐれ煮 ごはん・牛乳 注文締切 5/9	20 中華あんかけ 野菜のナムル 春巻き 杏仁フルーツ ごはん・牛乳 注文締切 5/10
23 チンジャオロース(豚) ごぼうとじゃこのかきあげ コールスローサラダ キャンディチーズ(鉄) ごはん・牛乳 注文締切 5/13	24 白身魚と彩り野菜の和風あん 豚肉ときゃべつの味噌炒め オムレツ あん団子 ごはん・牛乳 注文締切 5/13	25 鶏肉のはちみつ照り焼き たまねぎのソテー かぼちゃの甘辛炒め じゃがいもとアスパラのグラタン 春菊のごま和え ごはん・牛乳 注文締切 5/13	26 ハンバーグBBQソース チンゲン菜のオイスター炒め 型ぬきチーズ アジの竜田カレーソース ほうれん草とたくあんの和え物 ごはん・牛乳 注文締切 5/16	27 鮭フライ(タルタルソース付き) じゃが芋のきんぴら炒め ストロベリーカスターダルト 小松菜のツナごま和え 五目豆 ごはん・牛乳 注文締切 5/17
30 タンドリーチキン にんじんとコーンのグラッセ さわらと白菜のクリーム煮 キャベツとほうれん草のツナマヨ和え 大学いも ごはん・牛乳 注文締切 5/20	31 鶏とえびと春野菜の天井 かぼちゃのそぼろあんかけ チンゲン菜と卵の炒め物 レアチーズキャラメルケーキ ごはん・牛乳 注文締切 5/20	注文締切日の表示について 4月1日(金)から注文できます		この枠内の日のお昼12時が注文締切です。 注文締切 ●/●

	エネルギー(kcal)	たんぱく質(%)	脂質(%)	カルシウム(mg)	マグネシウム(mg)	鉄(mg)	ビタミンA(μgRAE)	ビタミンB1(mg)	ビタミンB2(mg)	ビタミンC(mg)	食物繊維(g)	食塩相当量(g)
5月平均栄養価	854	15.4	27.1	347	108	3.1	288	0.48	0.63	40	4.7	2.6
文部科学省基準	830	学校給食による摂取エネルギー全体の13%~20%	学校給食による摂取エネルギー全体の20%~30%	450	120	4	300	0.5	0.6	30	6.5以上	2.5未満

各学校の給食の実施が無い日

学校	1年	2年	3年
高鷲中学校	19日(木)・20日(金) 24日(火)・25日(水)	19日(木)・20日(金)	19日(木)・20日(金)
高鷲南中学校	19日(木)・20日(金)	19日(木)・20日(金)	19日(木)・20日(金) 30日(月)・31日(火)
河原城中学校	19日(木)・20日(金)	19日(木)・20日(金)	19日(木)・20日(金)・25日(水) 26日(木)・27日(金)
はびきの埴生学園 7~9年生	19日(木)・20日(金)	19日(木)・20日(金)	19日(木)・20日(金)・25日(水) 26日(木)・27日(金)
峰塚中学校	19日(木)・20日(金) 26日(木)	19日(木)・20日(金)	19日(木)・20日(金)
誉田中学校	26日(木)・27日(金)	26日(木)・27日(金)	26日(木)・27日(金)

18日

18日は羽曳野の特産品でなにわの伝統野菜の、「うすいえんどう」のご飯が出ます！
 この日、皆さんに食べてもらうために農家の方が、大切に大切に育てて下さいました！！
 1年でこの時期だけ！収穫時期は1か月のみ！
 そんな貴重なうすいえんどう、味わって食べてね★★



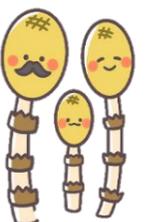
アレルギー物質を含む食品の一覧

7大アレルギー物質：小麦・そば・卵・乳・落花生・かに・えび
 ※飲用牛乳は一覧には表示していません。

使用日	小麦	そば	卵	乳	落花生	かに	えび
2日	○		○				
6日	○			○			○
9日	○			○			○
10日	○		○	○			
11日	○		○	○			
13日	○					○	○
16日	○			○		○	○
17日	○		○				
18日	○			○		○	○
19日	○		○	○			
20日	○		○	○			
23日	○		○	○			
24日	○		○				
25日	○			○			
26日	○			○			
27日	○		○	○			
30日	○		○	○			
31日	○		○	○			○

給食で使用している油はなたね油です。また醤油には大豆、小麦が使用されています。
 給食調理場及び加工食品製造工場において7大アレルギー物質を含む食品を製造する場合があります。
 食材の入荷状況により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。
 その際は、教室と配膳室への掲示と、ホームページへの掲載を行います。

5月の雑学・・・☆こいのぼりについて☆
 鯉は、沼や池でも生きることができる生命力の強い魚です。こいのぼりはそんな鯉にちなんで、どんな環境にも耐えられるように願いを込めて飾られます。





表中にごはんと牛乳の表示は省略しています。(変わりごはんの場合は、表示しています。)

(ごはん 356Kcal 牛乳 138Kcal)

Table with columns for date (2月), energy, protein, fat, and menu items like 三色丼, じゃが芋と魚の抹茶天ぷら, etc.

Table with columns for date (11水), energy, protein, fat, and menu items like キーマカレー, 野菜コロッケ, etc.

Table with columns for date (13金), energy, protein, fat, and menu items like 豚じゃが, おこのみあげ, etc.

Table with columns for date (16月), energy, protein, fat, and menu items like 鶏肉のバタぼんステーキ, 煮のりポテト, etc.

Table with columns for date (17火), energy, protein, fat, and menu items like ビビンバ, 大根と厚揚げの煮物, etc.

Table with columns for date (18水), energy, protein, fat, and menu items like ジンジャーチキン, ほうれん草とコーンのソテー, etc.

Table with columns for date (19木), energy, protein, fat, and menu items like 白身魚のきのこマヨネーズ焼き, トマトマカロニ, etc.

Table with columns for date (20金), energy, protein, fat, and menu items like 中華あんかけ, 野菜のナムル, etc.

Table with columns for date (23月), energy, protein, fat, and menu items like チンジャオロース(豚), ごぼうとじゃこのかきあげ, etc.

Table with columns for date (24火), energy, protein, fat, and menu items like 白身魚と彩り野菜の和風あん, 豚肉ときやべつの味噌炒め, etc.

Table with columns for date (25水), energy, protein, fat, and menu items like 鶏肉のはちみつ照り焼き, たまねぎのソテー, etc.

Table with columns for date (26木), energy, protein, fat, and menu items like ハンバーグBBQソース, チンゲン菜のオイスター炒め, etc.

Table with columns for date (27金), energy, protein, fat, and menu items like 鮭フライ(タルタルソース付き), じゃが芋のきんぴら炒め, etc.

Table with columns for date (30月), energy, protein, fat, and menu items like タンドリーチキン, にんじんとコーンのグラッセ, etc.

Table with columns for date (31火), energy, protein, fat, and menu items like 鶏とえびと春野菜の天丼, かぼちゃのそぼろあんかけ, etc.

6日 トマト・野菜・お肉のおいしさをギュッと詰め込んだハヤシライスが登場!!

2日 八十八夜 立春の日から「八十八日目」であることからその名がついた「八十八夜」...



お問い合わせ先 羽曳野市教育委員会事務局 食育・給食課 072-958-1111 (代表)