

令和5年 5月 献立表

羽曳野市中学校給食



システムメンテナンスのため、令和5年4月1日(土)00:00から
4月9日(日)23:59の間、給食予約システムが利用できません。
また、連休でいつもより注文締切が短いのでご注意ください。
5/1, 2 → 4/18 、 5/8, 9 → 4/21
5/11, 12 → 4/24 、 5/15, 16, 17 → 4/28



月	火	水	木	金
1 1 とりの天ぷら にんじんのしりしりー お茶プリン キャベツのコンソメ炒め のりの佃煮 ごはん 牛乳(200)	2 ソースヒレかつ キャベツのソテー マカロニ・アンド・チーズ 肉団子と小松菜の甘酢あん 手作りいちごジャム ロールパン・牛乳	水 10 全校給食なし		金 12 きつねうどん おこのみあげ(大豆入り) ほうれん草のツナごま和え さつまいもシュガー うすいえんどごはん 牛乳(200)
8 煮込みハンバーグ 緑の彩りパスタ じゃがいもグラタン ほうれん草の白和え しらすの佃煮 ごはん 牛乳(200)	9 チキン南蛮 ニラともやしのソテー 高野豆腐の甘酢あん こんにやくチャブチェ かぼちゃのサラダ ごはん 牛乳(200)	11 チキンのポワレ れんこんのカレー焼き 型ぬきチーズ ちんげん菜で八宝菜 ポークビーンズ ごはん 牛乳(200)	注文締切日 この枠内の日のお昼12時 が注文締切です。キャンセ ルは、注文締切日を過ぎる とできません。ご注意ください。 注文締切 ●/●	
15 鶏肉と新じゃがの甘酢ごまあん とまとスパゲッティ 野菜のナムル ナタデココフルーツ ごはん 牛乳(200)	16 鶏の香草パン粉焼き ほうれん草のかりばた炒め がんとたけのこの炊き合わせ 春巻き 紅白なます ごはん 牛乳(200)	17 三色丼 鯖と大豆のケチャップ炒め 切干大根カレーツナマヨ みたらし団子 牛乳(200)	18 チキンのピザ焼き ピーマンのおかか炒め さといもとおおさのかきあげ 焼きビーフン DHA満点ふりかけ ごはん 牛乳(200)	19 タンドリーチキン じゃが芋のきんぴら炒め ソース焼きそば キャベツとほうれん草のツナマヨ和え ひじきとちりめんふりかけ ごはん 牛乳(200)
22 鶏肉のはちみつ照り焼き きゃべつのおかか炒め 麻婆豆腐 ささみのバンバンジー あべかわ芋 ごはん 牛乳(200)	23 鮭フライ 玉ねぎソース添え こんにやくピーマン ミートボール もやしと揚げのごまあえ ミルクレープ ごはん 牛乳(200)	24 たけのこの炊き込みごはん かぼちゃひき肉フライ トマトマカロニ 高野豆腐の煮物 きゃべつのはちみつ あん団子 牛乳(200)	25 根菜のカレー味噌そば かぼちゃとえびのかきあげ ごぼうとおかひじきのサラダ ひじきの煮物 ごはん 牛乳	26 豚肉コロッケ スパゲティミートソース キャベツのカレーマヨソテー りんご缶 コッペパン・牛乳
29 やきにく丼 さつまいもの天ぷら 小松菜の煮びたし みかん(缶) 牛乳	30 トンテキ 新じゃが芋のチーズ焼き ラタトゥイユ 切り干し大根の煮物 ごはん 牛乳(200)	31 チーズ入りチキンかつ 小松菜のカレー炒め 豚じゃが キャベツのトマト煮込み むらさき芋タルト ごはん 牛乳(200)	お問い合わせ先 分からない事等があれば、お気軽にお問い合わせください。 予約システムに関すること ビジネスリアート 株式会社 075-925-7322 献立に関すること 羽曳野市教育委員会事務局 食育・給食課 072-958-1111 (代表)	

	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	837	14.9	27.4	359	103	3.7	263	0.4	0.57	33	4.4	2.9
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	4.5	300	0.5	0.6	35	7以上	2.5未満

各学校の給食の実施が無い日 10日(水)全校給食なし

学校	1年	2年	3年
高鷲中学校	18日(木)・19日(金) 26日(金)・29日(月)	18日(木)・19日(金)	18日(木)・19日(金)
高鷲南中学校	18日(木)・19日(金) 23日(火)	18日(木)・19日(金)	18日(木)・19日(金)
河原城中学校	18日(木)・19日(金)	18日(木)・19日(金) 25日(木)・26日(金)	18日(木)・19日(金) 31日(水)
はびきの殖生学園 7~9年生	18日(木)・19日(金)	18日(木)・19日(金)	18日(木)・19日(金)
峰塚中学校	18日(木)・19日(金) 25日(木)	18日(木)・19日(金)	18日(木)・19日(金)
誉田中学校	25日(木)・26日(金)	25日(木)・26日(金)	25日(木)・26日(金)

入院やインフルエンザ、新型コロナウイルス感染症等で
出席停止となった場合は、学校への欠席連絡とは別に
食育・給食課までご連絡ください。
ご連絡があった日から数日間を除きキャンセルできる場合があります。

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
1日	○						
2日	○			○			
8日	○			○			○
9日	○		○				
11日	○			○			
12日	○			○			○
15日	○			○			
16日	○			○			
17日	○		○				
18日	○			○			○
19日	○		○	○			
22日	○			○			
23日	○		○	○			
24日	○			○			
25日	○			○			○
26日	○			○			
29日	○						
30日	○			○			
31日	○		○	○			

キャベツのコンソメ炒め お茶プリン

す。良農字せと時 夜目から立
い業にるい期農「のら春
日になとうで、作と日数え(2
ととる一字、物のいをー八月
さっこ「米を”のいま八十八
れてと”組八種ます。八十八
て縁か」とみ十ます。八十八
い起ら、う合八の 日
まの、うわの

八十八夜

とりの天ぷら のりの佃煮
にんじんのしりしりー

八十八夜の頃は、お茶の収穫が盛んになります。
この時期のお茶を飲むと、1日元気に過ごすこと
ができると伝えられてきました。

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。



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 for 1st week (Monday to Sunday) with columns for Energy, Protein, and Fat.

Table for 2nd week (Monday to Sunday) with columns for Energy, Protein, and Fat.

Table for 8th week (Monday to Sunday) with columns for Energy, Protein, and Fat.

Table for 9th week (Monday to Sunday) with columns for Energy, Protein, and Fat.

Table for 10th week (Monday to Sunday) with columns for Energy, Protein, and Fat.

Table for 11th week (Monday to Sunday) with columns for Energy, Protein, and Fat.

Table for 12th week (Monday to Sunday) with columns for Energy, Protein, and Fat.

Table for 15th week (Monday to Sunday) with columns for Energy, Protein, and Fat.

Table for 16th week (Monday to Sunday) with columns for Energy, Protein, and Fat.

Table for 17th week (Monday to Sunday) with columns for Energy, Protein, and Fat.

Table for 18th week (Monday to Sunday) with columns for Energy, Protein, and Fat.

Table for 19th week (Monday to Sunday) with columns for Energy, Protein, and Fat.

Table for 22nd week (Monday to Sunday) with columns for Energy, Protein, and Fat.

Table for 23rd week (Monday to Sunday) with columns for Energy, Protein, and Fat.

Table for 24th week (Monday to Sunday) with columns for Energy, Protein, and Fat.

Table for 25th week (Monday to Sunday) with columns for Energy, Protein, and Fat.

Table for 26th week (Monday to Sunday) with columns for Energy, Protein, and Fat.

Table for 29th week (Monday to Sunday) with columns for Energy, Protein, and Fat.

Table for 30th week (Monday to Sunday) with columns for Energy, Protein, and Fat.

Table for 31st week (Monday to Sunday) with columns for Energy, Protein, and Fat.

Advertisement for 'Hibiki no Hoshiryō' (Hibiki's Special) featuring 'Ishii Mame' (Ishii Beans) bento on May 12th.

Text describing the 'Ishii Mame' bento, mentioning its origin and the school's tradition of serving it.

Advertisement for 'Taki no Gohan' (Taki's Gohan) featuring 'Taki's Gohan' bento on May 24th.