



5 月

献立予定表 (Aコース)

㍻㍻㍻㍻㍻㍻㍻㍻

小田原市学校給食センター

日 曜日	献立名	主に体の組織をつくる食品 (赤)	主にエネルギーになる食品 (黄)	主に体の調子を整える食品 (緑)	エネルギー kcal たんぱく質 g 脂肪 g 塩分 g	中止など
		醤油・ケチャップ・調味料・香辛料などは記載してありません				
1 水	牛乳 こぎつねご飯 かぼちゃと厚揚げの味噌汁	牛乳 かつお節 鶏肉 厚揚げ 油揚げ 味噌 さつま揚げ	ご飯 ごま油 砂糖 ごま油	しょうが だいこん ごぼう たまねぎ にんじん ねぎ いんげん かぼちゃ	720 31.4 24.6 2.4	
2 木	牛乳 梅丸ラーメン さつま揚げの甘辛炒め	牛乳 さつま揚げ かつお節 梅なると 豚肉 がらスープチキン	ホットラーメン 砂糖 ごま油	にんにく コーン しょうが ねぎ にんじん たまねぎ もやし メンマ 梅肉	746 35.9 17.2 3.4	
7 火	牛乳 コッペパン 鶏肉のガーリック焼き ABCスープ	牛乳 鶏肉 ベーコン がらスープポーク&チキン	コッペパン 油 じゃがいも マカロニ	にんにく たまねぎ にんじん キャベツ	729 34.8 34.2 3.0	
8 水	牛乳 みかんゼリー 麦入りご飯 ☆こどもの日ハンバーグ きんぴらごぼう	牛乳 高野豆腐 ハンバーグ 豚肉 さつま揚げ	ご飯 麦 油 オレンジゼリー 砂糖 ごま 片栗粉 ごま油	ごぼう にんじん つきこんにやく	798 29.9 24.6 1.9	
9 木	牛乳 五目うどん 地魚入りはんぺんの磯辺揚げ	牛乳 地魚はんぺん かつお節 卵 鶏肉 のり	ゆで麺 砂糖 油 小麦粉	にんじん たもぎ茸 たまねぎ まいたけ ねぎ ぶなしめじ こまつな	826 34.5 26.3 3.2	
10 金	牛乳 鶏五目ご飯 豚汁	牛乳 豚肉 鶏肉 豆腐 かつお節 味噌 高野豆腐 油揚げ	ご飯 油 砂糖 じゃがいも	ごぼう こんにやく にんじん ねぎ たもぎ茸 いんげん	721 32.4 24.8 2.4	
13 月	牛乳 プリン ご飯 鱈フライ 新じゃが芋の煮物	牛乳 鱈フライ 豚肉 かつお節	ご飯 プリン 油 じゃがいも 砂糖	にんじん しらたき たまねぎ いんげん	792 26.5 26.3 1.2	
14 火	牛乳 ぶどうパン チキンメンチカツ ポークビーンズ	牛乳 チキンメンチカツ 豚肉 金時豆 大豆 手亡豆	ぶどうパン 油 砂糖	にんにく トマト にんじん 枝豆 たまねぎ コーン	823 32.9 35.3 2.2	
15 水	牛乳 麦入りご飯 鯖のスタミナ焼き 生揚げの煮物	牛乳 鯖 豚肉 生揚げ	ご飯 麦 油 片栗粉 砂糖 片栗粉	にんにく いんげん しょうが にんじん たまねぎ	770 37.8 33.0 1.3	
16 木	牛乳 ソフト麺カレーソース 野菜のイタリアンドレッシング炒め	牛乳 ベーコン 豚肉 大豆 脱脂粉乳	ソフト麺 油 イタリアンドレッシング 砂糖	にんにく もやし たまねぎ コーン にんじん こまつな	879 33.9 28.7 3.4	千代全校
17 金	牛乳 ご飯 チキンカツ 大根のピリ辛煮	牛乳 豚肉 鶏肉 大豆 卵	ご飯 砂糖 小麦粉 片栗粉 パン粉 油	にんにく しょうが にんじん だいこん	821 35.3 34.9 1.3	千代全校
20 月	牛乳 豚肉の生姜焼き丼 豆腐の味噌汁	牛乳 わかめ 豚肉 油揚げ 高野豆腐 豆腐 かつお節 味噌	ご飯 油	しょうが ねぎ にんじん メンマ たまねぎ えのき	727 32.9 26.0 2.9	

今月の小田原産

～給食で使用する、地場産物を紹介します～



さつま揚げ・地魚はんぺん・梅なると  
生揚げ・ちくわ・梅肉・葉ねぎ・玉ねぎ

食材料は給食費と  
市の補助金で  
まかなわれています。



小田原市の学校給食では、平成24年度9月から給食で使用する食材の放射性物質検査を実施しています。  
検査結果については、市のホームページでお知らせしています。

日 曜日	献立名	主に体の組織をつくる食品 (赤)	主にエネルギーになる食品 (黄)	主に体の調子を整える食品 (緑)	エネルギー kcal たんぱく質 g 脂肪 g	中止など
		醤油・ケチャップ・調味料・香辛料などは記載してありません			塩分 g	
21 火	牛乳 ロールパン マカロニのクリーム煮 アスパラとベーコンの炒め物	牛乳 ベーコン 鶏肉 脱脂粉乳 チーズ	ロールパン 油 マカロニ 小麦粉 バター	にんじん アスパラガス たまねぎ こまつな コーン	861 34.3 38.7 3.3	
22 水	牛乳 ご飯 豆腐ハンバーグ和風あんかけ じゃが芋とさつま揚げの煮物	牛乳 かつお節 ハンバーグ 豚肉 さつま揚げ	ご飯 じゃがいも 油 砂糖 片栗粉	ねぎ にんじん しらたき たまねぎ	725 29.0 19.9 2.3	
23 木	牛乳 ワンタンラーメン ☆5種野菜の肉焼売	牛乳 豚肉 がらスープポーク&チキン 肉焼売	ホットラーメン ワンタン 油	にんじん メンマ たまねぎ もやし コーン	805 33.6 23.0 3.8	
24 金	牛乳 ポークカレーライス チンゲン菜のソテー	牛乳 豚肉 脱脂粉乳 ウインナー	ご飯 麦 油	にんにく りんご たまねぎ にんじん チンゲン菜	805 27.5 26.4 3.5	
27 月	牛乳 いちごヨーグルト ご飯 ☆鯖のねぎ焼き 豚肉とちくわのきんぴら	牛乳 いちごヨーグルト 鯖 豚肉 ちくわ	ご飯 油 ごま油 砂糖	にんにく にんじん しょうが こまつな ねぎ つきこんにゃく	757 36.4 23.0 1.7	
28 火	牛乳 ソフトフランスパン グリルチキン トマトソース ベーコンポテト	牛乳 鶏肉 ベーコン	ソフトフランス 油 じゃがいも	たまねぎ にんじん 枝豆	746 33.9 34.7 2.6	
29 水	牛乳 豚肉丼 新玉ねぎの味噌汁	牛乳 味噌 豚肉 豆腐 高野豆腐 油揚げ かつお節	ご飯 油 砂糖 片栗粉	にんにく しらたき しょうが ぶなしめじ にんじん いんげん たまねぎ ねぎ	741 34.6 23.5 3.3	
30 木	牛乳 肉南蛮うどん いかの天ぷら	牛乳 大豆 豚肉 卵 かつお節 いか	ゆでめん 油 砂糖 小麦粉	にんじん たまねぎ しいたけ こまつな	817 40.6 24.5 2.4	
31 金	牛乳 ご飯 いわしのカリカリフライ 五目豆	牛乳 かつお節 いわしのカリカリフライ 鶏肉 大豆 昆布 さつま揚げ	ご飯 油 砂糖	こんにゃく にんじん	735 27.2 29.3 1.1	4月分 給食費 納期限

※給食で使用されている生鮮食品(野菜・肉・魚)の産地を毎日学校へお知らせしています。

※材料名の「ねぎ」は、その時の出荷状況により「長ねぎ」か「葉ねぎ」を使用します。

※揚げ油は、3回程度使用しています。

※物資の都合により、献立が変更になる場合があります。

※アレルギーのある方は、概況表の表示を見てください。

※☆マークは新メニューです。

主食について  
主食の米飯・パン・麺製品につきましては、同じラインでアレルギーとなるそば・卵・えび等を使用した製品を製造している場合があります。ご不明な点がありましたら学校給食センター(36-7512)までご連絡ください。

## 食事のマナーを学ぼう!

### あいさつをしましょう

食べる前には「いただきます」、食べた後には「ごちそうさま」のあいさつをしましょう。食事をするまでには、食材を育て、運び、作ってくれる人がいるなど、多くの人が関わっています。感謝の気持ちをこめて、あいさつをしましょう。



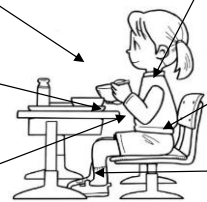
「いただきます」  
「ごちそうさまでした」

### 食事をする時のマナー

お茶わんやおわんは  
手に持ちましょう

机と体の間に、  
にぎりこぶし  
1つ分あけましょう

机の上にひじを  
つかないように  
しましょう



背筋をピンと  
伸ばしましょう

いすに深く  
座りましょう

足をしっかりと  
床につけましょう

令和6年度4月分の納期限は5月31日、5月分の納期限は7月1日です。

口座振替の方は、納期限が振替日となります。残高のご確認をお願いします。