



5 月

献立予定表(中学校)

〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇

小田原市国府津学校給食共同調理場

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	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			たんぱく質 g 脂肪 g 塩分 g	
1 水	牛乳 こぎつねうどん ちくわの磯辺揚げ	牛乳 豚肉 かつお節 油揚げ ちくわ 青のり	ゆでめん 油 砂糖 小麦粉	にんじん しめじ ねぎ 小松菜	880 39.4 28.1 3.6	
2 木	牛乳 ぶどうゼリー 麦入りご飯 かぶとハンバーグおろしソース 切り干し大根の煮物	牛乳 ハンバーグ 鶏肉 さつま揚げ	ご飯 麦 油 砂糖 ぶどうゼリー	大根 にんじん つきこんにゃく 切り干し大根 小松菜	771 26.4 20.0 1.6	
7 火	牛乳 ハヤシライス ウインナーと野菜のソテー	牛乳 豚肉 ウインナー	ご飯 油 マーガリン 小麦粉	にんにく たまねぎ にんじん マッシュルーム キャベツ コーン	779 24.5 23.9 2.6	
8 水	牛乳 サンマーマン 春巻き	牛乳 豚肉 がらスープチキン	ホットラーメン 油 片栗粉	しょうが にんにく にんじん しいたけ キャベツ たけのこ もやし にはるまき	813 28.9 25.0 3.2	
9 木	牛乳 麦入りご飯 さばの香味焼き 新じゃがとたまねぎのみそ汁	牛乳 さば かつお節 油揚げ 味噌	ご飯 麦 油 ごま じゃがいも	しょうが ねぎ たまねぎ	774 35.9 25.6 2.1	
10 金	牛乳 ご飯 チャーチャン豆腐 コーンシュウマイ	牛乳 豚肉 がらスープチキン 厚揚げ	ご飯 油 じゃがいも 砂糖 片栗粉	しょうが にんじん たまねぎ 枝豆 コーンシュウマイ	794 25.3 21.3 1.5	
13 月	牛乳 ぶどうパン フィッシュフライ ポークビーンズ	牛乳 メルルーサ ベーコン 豚肉 大豆 がらスープポーク&チキン	ぶどうパン 油 小麦粉 パン粉 じゃがいも 砂糖	にんにく たまねぎ にんじん トマト	867 41.5 32.7 3.4	
14 火	牛乳 ご飯 青椒肉絲 ビーフンスープ	牛乳 豚肉 味噌 鶏肉 がらスープチキン	ご飯 油 砂糖 片栗粉 ごま ビーフン	にんにく しょうが にんじん たまねぎ ピーマン たけのこ もやし キャベツ にはる	747 28.7 20.4 2.7	
15 水	牛乳 カレーうどん 高野豆腐のから揚げ	牛乳 豚肉 かつお節 高野豆腐	ゆでめん 油 小麦粉 砂糖 片栗粉	にんじん たまねぎ 小松菜 しょうが	868 35.4 30.1 3.3	
16 木	 給食はありません 					
17 金	 給食はありません 					
20 月	牛乳 ロールパン ママレードチキン きのこのペンネパスタ	牛乳 鶏肉 ベーコン	ロールパン 油 ママレード マカロニ	にんにく にんじん たまねぎ エリンギ しめじ 小松菜	815 32.1 37.3 3.0	

今月の小田原産

～給食で使用する、地場産物を紹介します～

食材料は給食費と市の補助金でまかなわれています。



葉ねぎ・玉ねぎ・さつま揚げ・ちくわ・なると・はんぺん



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	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			たんぱく質 g 脂肪 g 塩分 g	
21 火	牛乳 麦入りご飯 鰹のごまみそがけ 若竹汁	牛乳 かつお 味噌 鶏肉 かつお節 わかめ 豆腐	ご飯 麦 油 片栗粉 小麦粉 砂糖 ごま	しょうが にんじん たけのこ えのきたけ	761 38.1 18.5 2.3	
22 水	牛乳 ソフトめん ツナのトマトソース コーンポテト	牛乳 豚肉 ツナ ウインナー 脱脂粉乳	ソフトめん 油 砂糖 マーガリン 小麦粉 じゃがいも	にんにく セロリー にんじん たまねぎ トマト 小松菜 コーン 枝豆	910 38.4 28.3 2.6	
23 木	牛乳 そばろ井 根菜汁	牛乳 鶏肉 高野豆腐 がらすープチキン 豚肉 かつお節 豆腐	さくらめし 油 砂糖 片栗粉	しょうが にんじん たまねぎ コーン 枝豆 大根 こんにゃく ねぎ ごぼう	746 32.4 21.3 3.6	
24 金	牛乳 麦入りご飯 揚げ鶏の中華風ソース もやしのごま炒め	牛乳 鶏肉	ご飯 麦 油 片栗粉 ごま油 砂糖 ごま	にんじん 小松菜 もやし	772 26.1 27.3 1.2	
27 月	牛乳 ソフトフランス ラザニア風 青菜とコーンのソテー	牛乳 豚肉 がらすープポーク&チキン チーズ ベーコン	ソフトフランス 油 マーガリン 小麦粉 干しワタカン	にんじん たまねぎ トマト キャベツ 小松菜 コーン	767 28.6 29.9 3.6	
28 火	牛乳 レモンヨーグルト 麦入りご飯 鶏肉のピリ辛焼き にらたまスープ	牛乳 鶏肉 がらすープチキン たまご レモンヨーグルト	ご飯 麦 砂糖 ごま ごま油 片栗粉	にんにく ねぎ にんじん たまねぎ もやし にら	795 33.5 22.9 2.1	
29 水	牛乳 みそバターラーメン 星のコロッケ	牛乳 豚肉 がらすープポーク&チキン なると 味噌	ホットラーメン ごま油 バター コロッケ 油	しょうが にんにく もやし ねぎ 小松菜	842 31.9 27.2 3.0	
30 木	牛乳 焼き肉丼 トック入りスープ	牛乳 豚肉 味噌 鶏肉 がらすープチキン	ご飯 油 砂糖 ごま トック	しょうが にんにく りんごソース にんじん たまねぎ にら 小松菜	797 29.9 21.8 2.8	
31 金	牛乳 麦入りご飯 いかのさらさ揚げ 鶏肉と大根の煮物	牛乳 いか 鶏肉	ご飯 麦 油 砂糖 片栗粉	しょうが にんじん 大根	763 29.5 22.3 1.9	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。

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国府津共同調理場(48-1862)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。



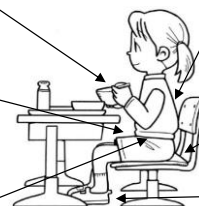
「いただきます」  
「ごちそうさまでした」

### 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。