



# 5月こんだてひょう



見える所にはってね!

南丹市立八木学校給食共同調理場

日・曜日	献立	材料			栄養価	
		(赤)	(黄)	(緑)	エネルギー	たんぱく質
		血・肉・骨になる	熱・力のもとになる	体の調子をととのえる	kcal	g
1・金	ごはん 牛乳 チャプチェ 中華スープ 味付けのり 	ぎゅうにゅう ★ぶたにく ハム ★とうふ ★けずりぶし かつおぶし あじつけのり	★ごはん あぶら さとう はるさめ ごま ごまあぶら	つちしょうが にんにく にんじん あかパプリカ たまねぎ ★あおねぎ もやし にはら	816	27.3
7・木	ごはん 牛乳 じゃがいものそぼろ煮 チンゲンサイのみそ汁 ふりかけ 	ぎゅうにゅう とりにく わかめ みそ にぼし ★けずりぶし ふりかけ	★ごはん あぶら じゃがいも さとう ★おつゆふ	たまねぎ にんじん さんどまめ つちしょうが チンゲンサイ だいこん	687	23.0
8・金	<日本の味巡り=福井県> ソースカツ丼(ごはん) 牛乳 ポイルキャベツ さつま揚げのみそ汁 	ぎゅうにゅう ★ぶたにく さつまあげ みそ にぼし ★けずりぶし	★ごはん てんぷらこ パンこ あぶら さとう かたくりこ	キャベツ にんじん たまねぎ ★みずな ★あおねぎ	827	25.4
11・月	カレーピラフ 牛乳 ツナサラダ ABCスープ 	ぎゅうにゅう とりにく ツナ ハム ★けずりぶし かつおぶし	★ごはん あぶら さとう ABCマカロニ	たまねぎ にんじん さんどまめ ★みずな キャベツ コーン レモンかじゅう もやし チンゲンサイ	703	26.4
12・火	<なんたん食育の日献立> ごはん 牛乳 サバのごまだれかけ 煮浸し 若竹汁 	ぎゅうにゅう サバ あぶらあげ ★けずりぶし かまぼこ わかめ かつおぶし	★ごはん ★こめこ かたくりこ あぶら ごま さとう	キャベツ もやし にんじん ★たけのこ えのきたけ ★あおねぎ	819	32.1
13・水	黒糖パン 牛乳 クリームシチュー フレンチサラダ 	ぎゅうにゅう とりにく ツナ	こくとうパン あぶら じゃがいも バター こむぎこ さとう	たまねぎ にんじん ブロッコリー キャベツ ★みずな	807	31.6
14・木	<b>八木中 停止</b> 					
15・金	ごはん 牛乳 ハンバーグのカクテルソースかけ 切り干し大根の炒め煮 わかめのみそ汁 	ぎゅうにゅう とりにく ★ぶたにく ★けずりぶし わかめ みそ にぼし ハンバーグ	★ごはん あぶら かたくりこ じゃがいも さとう	にんじん きりぼしだいこん さんどまめ たまねぎ だいこん えのきたけ ★あおねぎ	712	25.3
18・月	<b>八木中 停止</b> 					
19・火	ごはん 牛乳 カツオの揚げ煮 チンゲン菜と焼き豚のソテー 沢煮椀 	ぎゅうにゅう カツオ やきぶた いかまぼこ ★けずりぶし かつおぶし	★ごはん あぶら さとう かたくりこ	にんじん チンゲンサイ キャベツ たまねぎ えのきたけ ★あおねぎ	716	32.7

◎ こんだて内容は気候などの都合により変更になる場合があります。

◎ 魚は骨に気をつけてよくかんで食べましょう。

◎ ★印がついているのは、南丹市で栽培・製造された食材です。



# 5月こんだてひょう



見える所にはってね!

南丹市立八木学校給食共同調理場

日・曜日	献立	材料			栄養価	
		(赤)	(黄)	(緑)	エネルギー	たんぱく質
		血・肉・骨になる	熱・力のもとになる	体の調子をととのえる	kcal	g
20・水	麦ごはん 牛乳 ポークカレー こんにやくサラダ 豆乳プリン(ミニ) 	ぎゅうにゅう ★ぶたにく ツナ	むぎごはん あぶら じゃがいも はちみつ バター こむぎこ いとこんにやく ごまあぶら さとう ごま とうにゅうプリン ★こめこ	にんにく つちしょうが たまねぎ にんじん りんご キャベツ ★みずな	837	27.9
21・木	 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">八木中 停止</div> 					
22・金						
25・月	<お誕生月給食> プルコギ丼(麦ごはん) 牛乳 コーンの中華スープ みかんゼリー 	ぎゅうにゅう ★ぶたにく とりにく ★けずりぶし かつおぶし	むぎごはん あぶら さとう ごまあぶら かたくりこ ★みかんゼリー	にんにく つちしょうが たまねぎ にんじん ★こまつな ピーマン キャベツ いら コーン	809	27.7
26・火	ごはん 牛乳 ホツケの唐揚げ きんぴらごぼう 水菜のみそ汁 	ぎゅうにゅう ホツケ ★ぶたにく ★けずりぶし あぶらあげ みそ にぼし	★ごはん ★こめこ あぶら いたこんにやく さとう ごまあぶら	ごぼう にんじん さんどまめ キャベツ たまねぎ ★みずな	746	28.6
27・水	小型コッペパン 牛乳 イタリアンスパゲティ ベジタブルスープ 	ぎゅうにゅう ★ぶたにく ハム ★とうふ ★けずりぶし かつおぶし	こがたパン スパゲティ オリーブオイル あぶら	キャベツ たまねぎ にんじん トマト もやし コーン チンゲンサイ	733	35.2
28・木	ごはん 牛乳 鶏肉のレモンソース 元気サラダ 青ねぎのみそ汁 	ぎゅうにゅう とりにく ツナ しおこんぶ かつおぶし みそ にぼし ★けずりぶし	★ごはん かたくりこ ★こめこ あぶら さとう ごまあぶら ★おつゆふ	レモンかじゅう にんじん ★こまつな キャベツ コーン たまねぎ だいこん ★あおねぎ	866	34.2
29・金	キムチチャーハン 牛乳 春雨サラダ わかめスープ 	ぎゅうにゅう ★ぶたにく ツナ とりにく わかめ ★けずりぶし かつおぶし	★ごはん ごまあぶら はるさめ さとう ごま	にんじん はくさいキムチ しろねぎ キャベツ ★みずな たまねぎ いら	734	25.4

◎ こんだて内容は気候などの都合により変更になる場合があります。 ◎ 魚は骨に気をつけてよくかんで食べましょう。  
 ◎ ★印がついているのは、南丹市で栽培・製造された食材です。

### \*5月に使用する主な食材の産地(製造を含む)をお知らせします\*

米・水菜・青ねぎ・小松菜・豆腐・たけのこ・米粉(八木)豚肉(日吉・国内)鶏肉(宮崎県・兵庫県)玉ねぎ(兵庫県)じゃがいも(鹿児島県)だいこん(長崎県)チンゲンサイ(静岡県)キャベツ(愛知県・大阪府)土しょうが・ピーマン(高知県)にんにく・ごぼう(青森県)白ねぎ(静岡県・鳥取県・大分県)にんじん(青森県・徳島県・長崎県)ピーマン・いら(高知県)ブロッコリー(徳島県)えのきたけ(長野県)赤パプリカ(韓国)牛乳(京都府・兵庫県・滋賀県・岡山県・徳島県・香川県・愛知県・三重県・北海道)カツオ(静岡県)サバ(長崎県)ホツケ(アラスカ)

※収穫時期や市場の入荷状況等により変更することがあります。

### \*アレルギー原因食品についてのお知らせ\*

毎月の献立表で食材をお知らせしていますが、使用する食品によっては、アレルギー原因食品が混入する可能性があります。例えば、「しらすぼし」や「ちりめんじゃこ」、「わかめ」、「魚肉練り製品」には、小さな「えび」「いか」「たこ」「かに」などが混入している場合があります。より安全・安心な給食のため今後とも各学校との相談・連携をお願いいたします。