



徳島市中学校給食予定献立表

令和6年5月分

徳島市教育委員会

日	曜	献立内容	材 料 名 (食 品 名)					
			血・肉・骨になる		体の調子を整える		働く力や熱になる	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群
1	水	ごはん 牛乳 煮込みハンバーグ ポイルキャベツ イタリانسープ 小魚アーモンド	ハンバーグ ベーコン 卵	牛乳 チーズ 小魚	にんじん パセリ	キャベツ たまねぎ	精白米 強化米 さとう パン粉	アーモンド
2	木	麦ごはん 牛乳 ホキフライ ウスターソース セルフサラダ マヨネーズ	ホキフライ ハム	牛乳	にんじん	キャベツ とうもろこし	精白米 強化米 押麦 じゃがいも	油 マヨネーズ
7	火	ごはん 牛乳 オイスターソース炒め 揚げぎょうざ	豚肉 ぎょうざ	牛乳	にんじん 小松菜	しょうが にんにく たまねぎ ヤングコーン キャベツ	精白米 強化米 さとう	油
8	水	ごはん 牛乳 洋風煮 ごぼうサラダ ごまドレッシング パワフルチーズ	とり肉 ウインナー ベーコン	牛乳 チーズ	にんじん	キャベツ たまねぎ グリーンピース ごぼう きゅうり とうもろこし	精白米 強化米 じゃがいも	ごまドレッシング
9	木	麦ごはん 牛乳 鮭の野菜カツ ブロッコリー ウスターソース 切り干し大根の炒め煮	鮭の野菜カツ とり肉 さつまあげ	牛乳	ブロッコリー にんじん	切り干し大根 干しいたけ えだまめ	精白米 強化米 押麦 さとう	油
10	金	ごはん 牛乳 とうふの中華風煮 野菜サラダ オニオンドレッシング ミニフィッシュ	とうふ えび 豚肉	牛乳 小魚	にんじん	たまねぎ 干しいたけ たけのこ グリンピース にんにく キャベツ とうもろこし	精白米 強化米 さとう でんぷん	油 ごま油 オニオンドレッシング
13	月	ごはん 牛乳 キャベツのミンチカツ ゆかりづけ ひじきのいため煮	キャベツミンチカツ とり肉 厚揚げ 大豆	牛乳 ゆかり ひじき	にんじん さやいんげん	きゅうり こんにゃく	精白米 強化米 さとう	油
14	火	ごはん 牛乳 新じゃがのうま煮 ごまあえ キャンディチーズ	豚肉 ちくわ 厚揚げ	牛乳 チーズ	にんじん	こんにゃく たまねぎ えだまめ キャベツ	精白米 強化米 じゃがいも さとう	油 白ごま
15	水	(ごはん) 牛乳 ドライカレー 五目スープ 豆乳パンナコッタ	豚肉 ベーコン とうふ	牛乳 わかめ	にんじん ピーマン	にんにく しょうが たまねぎ とうもろこし	精白米 強化米 はるさめ 豆乳パンナコッタ	油 カレールウ
16	木	麦ごはん 牛乳 いわしのおかか煮 わかめ和え 高野豆腐の卵とじ	いわしのおかか煮 高野豆腐 とり肉 かまぼこ 卵	牛乳 わかめ ごはんの煮	にんじん	はくさい たまねぎ 干しいたけ グリーンピース	精白米 強化米 押麦 さとう	
17	金	ごはん 牛乳 とり肉のねぎソースあえ 徳島たっぷりみそ汁	とり肉 とうふ 油揚げ 赤みそ 白みそ	牛乳 わかめ	ねぎ にんじん 小松菜	たまねぎ 生しいたけ	精白米 強化米 でんぷん さとう さつまいも	油 ごま油 白ごま
20	月	ごはん 牛乳 かぼちゃコロッケ まわかめのつくだ煮和え 五目炒め	豚肉 大豆 ちくわ	牛乳 まわかめの佃煮	かぼちゃコロッケ にんじん	はくさい れんこん こんにゃく さやいんげん	精白米 強化米 さとう	油 白ごま ごま油
21	火	(ごはん) 牛乳 フィッシュカツ丼 阿波っ子ナムル ミックスナッツ	フィッシュカツ 卵	牛乳 わかめ	にんじん ねぎ 小松菜	たまねぎ 干しいたけ もやし すだち酢	精白米 強化米 さとう	ごま油 ナッツ ピーナッツ
22	水	ごはん 牛乳 さわらのごまみそかけ すまし汁 ヨーグルト	さわら 赤みそ とうふ かまぼこ	牛乳 ヨーグルト	にんじん 小松菜	たまねぎ 干しいたけ	精白米 強化米 でんぷん さとう ふ	油 白ごま
23	木	玄米ごはん 牛乳 厚揚げのそぼろ煮 おひたし プリンタルト	豚肉 厚揚げ ちくわ	牛乳	にんじん 小松菜	しょうが こんにゃく たまねぎ えだまめ キャベツ	精白米 強化米 玄米 さとう プリンタルト	油
24	金	コッペパン 牛乳 チョコペースト ポイルキャベツ ケチャップ コーンポタージュスープ	ホウレン草オムレツ とり肉	牛乳	にんじん パセリ	キャベツ たまねぎ とうもろこし	パン じゃがいも	チョコペースト 油 ポタージュの素 生クリーム
27	月	ごはん 牛乳 さばの生姜煮 はくさいの付け合わせ 豚肉とごぼうの炒め煮	さばの生姜煮 豚肉 さつまあげ	牛乳	にんじん	はくさい ごぼう こんにゃく さやいんげん	精白米 強化米 さとう	油 白ごま
28	火	ごはん 牛乳 ふりかけ (しそかつお)	ちくわの二色揚げ みそ汁	牛乳 青のり粉	かぼちゃ にんじん ねぎ	たまねぎ	精白米 強化米 でんぷん 小麦粉	油
29	水	(ごはん) 牛乳 ハヤシライス フルーツゼリーミックス	豚肉	牛乳	にんじん トマトピューレ	たまねぎ えだまめ にんにく みかん 黄桃 パイン	精白米 強化米 じゃがいも ゼリー(マスカット)	油 ハヤシルウ 生クリーム デミグラスソース
30	木	玄米ごはん 牛乳 豚肉と厚揚げのみそ煮 きゅうりとわかめの酢の物 ハニーピーナッツ	豚肉 厚揚げ ちくわ 赤みそ	牛乳 わかめ	にんじん さやいんげん	しょうが こんにゃく たけのこ ごぼう きゅうり キャベツ	精白米 強化米 玄米 さとう	油 ハニーピーナッツ
31	金	ごはん 牛乳 八宝菜 肉入り春巻き	豚肉 えび いか うずら卵 肉入り春巻き	牛乳	にんじん チンゲンサイ	しょうが たまねぎ はくさい たけのこ にんにく	精白米 強化米 でんぷん	油 ごま油 ラー油

は、食育の日の献立です。今月は徳島産のねぎを使用した「とり肉のねぎソースあえ」と徳島産のにんじん、生しいたけ、さつまいもが入った「徳島たっぷりみそ汁」です。徳島の恵みに感謝して美味しくいただきます。