

令和5年度 5月詳細献立 (ご家庭、学校での確認をお願いします。)

日	献立名	材料名
1日 (月)	ごはん	米
	大豆ミート入り 鶏そぼろ	鶏肉、大豆ミート(大豆、クエン酸鉄)、たまねぎ、グリーンピース、濃口しょうゆ、しょうが、三温糖、米油、酒
	野菜のごまマヨ和え	こまつな、きゃべつ、にんじん、ノンエッグマヨネーズ(食用植物油脂、水あめ、砂糖、醸造酢、食塩、増粘剤(加工でん粉、増粘多糖類)、粉末状大豆たんぱく、香辛料、酵母エキス、水)、みそ、濃口しょうゆ、白すりごま、白いりごま
	ひきなのみそ汁	だいこん、にんじん、ごぼう、冷凍油揚げ(大豆、植物油(菜種油、大豆油)、凝固剤、消泡剤)、みずな、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	牛乳	牛乳
2日 (火)	麦ごはん	米、大麦
	揚げ餃子	きゃべつ、たまねぎ、にら、豚肉、豚脂、でん粉加工食品、香味油、しょうゆ、酵母エキス、食塩、さとう、生姜ペースト、香辛料、小麦粉、小麦たん白、食塩、水、加工でん粉、炭酸カルシウム、ピロリン酸鉄、揚げ油(米油)
	春雨のピリ辛炒め	春雨、ベーコン(豚肉、食塩、砂糖、香辛料(ナツメグ、コリアンダー、カルダモン、オールスパイス))、にんじん、きゃべつ、もやし、ピーマン、ごま油、濃口しょうゆ、酒、三温糖、一味唐辛子粉、白いりごま
	中華風卵スープ	豆腐、きくらげ、たけのこ、にんじん、たまねぎ、チンゲンサイ、鶏卵、ヘルシーファーム中華スープの素(食塩、デキストリン、砂糖、たん白加水分解物、オニオンパウダー、ガーリックパウダー、魚醤パウダー、酵母エキスパウダー、食用植物油脂、ジンジャーパウダー、調味動物油脂、こしょう、乳酸発酵酵母エキスパウダー、乳酸発酵トマトエキスパウダー、チキンパウダー、カラメル色素 ※一部にごま・大豆・鶏肉・豚肉を含む)、濃口しょうゆ、食塩、こしょう、ごま油、でん粉
	牛乳	牛乳
8日 (月)	たけのごはん	米、たけのごはんの素(たけのこ、にんじん、油揚げ、ごぼう、しょうゆ、異性化液糖、本みりん、かつお風味エキス、食塩、椎茸エキスパウダー、調味料(アミノ酸等)、酸味料、豆腐用凝固剤)
	かつお漁師揚げ	かつお漁師揚げ(かつお、パン粉、バターミックス(小麦粉、加工でん粉、乳化剤、増粘多糖類)、濃口しょうゆ、砂糖、しょうが、乳酸カルシウム)、揚げ油(米油)
	磯辺和え	もやし、こまつな、にんじん、のり、薄口しょうゆ
	あさり入りみそ汁	あさり、豆腐、だいこん、にんじん、しいたけ、ねぎ、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	柏餅	みそあん(いんげん豆、砂糖、還元麦芽糖、みそ)、米粉、砂糖、麦芽糖、ソルビトール、加工でん粉、酵素、グリシン、紅麴色素、グリセリンエステル
	牛乳	牛乳
9日 (火)	麦ごはん	米、大麦
	のりおかかふりかけ	かつお削り節、砂糖、みりん、食塩、青のり、黒のり、酵母エキス、たん白加水分解物、加工でん粉、酸化防止剤(ビタミンE)
	だし巻き玉子焼き	鶏卵、水、でん粉、イヌリン、さとう、希釈用つゆ(しょうゆ、食塩、さとう、削り節(かつお、うるめ)、発酵調味料、にぼし、酵母エキス、昆布、調味料(アミノ酸等)、醸造酢、トレハロース、食塩、植物油)
	肉じゃが	豚肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、こんにゃく、さやいんげん、酒、三温糖、濃口しょうゆ、みりん、米油、だし汁(かつお、煮干し、さば)
	きゃべつと油揚げの みそ汁	きゃべつ、にんじん、ぶなしめじ、冷凍油揚げ(大豆、植物油(菜種油、大豆油)、凝固剤、消泡剤)、こまつな、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	牛乳	牛乳
10日 (水)	ごはん	米
	さばのみそ煮	さば、みそ、砂糖、発酵調味料、でん粉、水
	切り干し大根の かみかみサラダ	切り干し大根、にんじん、きゅうり、もやし、とうもろこし、さきいか(いか、砂糖、食塩、還元水あめ、調味酢(醸造酢、ぶどう糖、食塩)、発酵調味液、醸造酢、唐辛子、調味料(アミノ酸等)、ソルビット、酸味料、酒精、リン酸塩、甘味料(ステビア、甘草)、香料)、酢、三温糖、白すりごま、薄口しょうゆ
	にらたま汁	鶏卵、豆腐、たまねぎ、にら、薄口しょうゆ、濃口しょうゆ、だし汁(かつお、煮干し、さば)、食塩、酒、でん粉
	甘夏	甘夏
	牛乳	牛乳
11日 (木)	麦ごはん	米、大麦
	鶏肉の黒酢ソース かけ	鶏肉、にんにく、濃口しょうゆ、酒、でん粉、揚げ油(米油)、【タレ】黒酢、三温糖、濃口しょうゆ
	豆もやし炒め	豆もやし、きゃべつ、にんじん、さやいんげん、さつま揚げ(魚肉、植物油、発酵調味液、大豆たん白、砂糖、食塩、魚介エキス、ぶどう糖、加工でん粉、水)、刻み昆布、三温糖、濃口しょうゆ、食塩、米油、だし汁(かつお、煮干し、さば)
	じゃがいものみそ汁	じゃがいも、にんじん、ぶなしめじ、たまねぎ、チンゲンサイ、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	牛乳	牛乳
12日 (金)	ごはん	米
	豚丼の具	豚肉、酒、たまねぎ、生姜、しいたけ、こんにゃく、にら、油、三温糖、濃口しょうゆ
	ご・ず・こんサラダ	きゃべつ、とうもろこし、ひじき、大豆、にんじん、アスパラガス、ささみフレーク(鶏肉、野菜エキス、食塩、水)、ノンエッグマヨネーズ(食用植物油脂、水あめ、砂糖、醸造酢、食塩、増粘剤(加工でん粉、増粘多糖類)、粉末状大豆たんぱく、香辛料、酵母エキス、水)、酢、濃口しょうゆ、三温糖、白すりごま
	大根と生揚げの みそ汁	冷凍ミニ絹揚げ(豆乳(大豆、消泡剤、水)、植物油、安定剤(加工デンプン)、豆腐用凝固剤製剤、酵素製剤、水)、だいこん、にんじん、こまつな、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	アセロラゼリー	アセロラ果汁、果糖ぶどう糖液糖、難消化性デキストリン、加工でん粉、酸味料、ゲル化剤(増粘多糖類)、クエン酸鉄ナトリウム、野菜色素、クチナン色素、香料、カロチノイド色素、水
	牛乳	牛乳

日	献立名	材料名
15日 (月)	麦ごはん	米、大麦
	ほきのパン粉焼き	ほき、食塩、こしょう、ノンエッグマヨネーズ(食用植物油脂、水あめ、砂糖、醸造酢、食塩、増粘剤(加工でん粉、増粘多糖類)、粉末状大豆たんぱく、香辛料、酵母エキス、水)、パン粉、パセリ粉
	きゃべつのカレーソテー	きゃべつ、にんじん、ベーコン(豚肉、食塩、砂糖、香辛料(ナツメグ、コリアンダー、カルダモン、オールスパイス))、たまねぎ、ブロッコリー、米油、カレー粉、食塩、コンソメゴールド(食塩、デキストリン、ぶどう糖、麦芽糖、食用植物油脂、粉末しょうゆ(小麦、大豆)、砂糖、野菜パウダー、チキンエキスパウダー、チキンパウダー、香辛料、ポークエキスパウダー、酵母エキス、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素、酸味料)
	鶏ごぼうスープ	鶏肉、米油、ごぼう、にんじん、えのきだけ、豆腐、チンゲンサイ、じゃがいも、薄口しょうゆ、こしょう、だし汁(かつお、煮干し、さば)
	冷凍みかん	みかん
	牛乳	牛乳
16日 (火)	ごはん	米
	いわしのカリカリ揚げ	いわしのカリカリフライ(まいわし、還元水飴、たん白加水分解物、砂糖、しょうが、食塩、発酵調味料、衣【じゃがいも、でん粉、玄米粉、米粉パン粉、植物油脂、食塩、酵母エキス、香辛料】、揚げ油(なたね油、パーム油)、加水)、揚げ油(米油)
	大根のツナ和え	だいこん、きゅうり、にんじん、わかめ、ツナフレーク(かつお、めばちまぐろ、大豆油、野菜エキス、食塩、酸味料(アミノ酸)、水)、酢、砂糖、濃口しょうゆ、食塩、ごま油、白いりごま
	高野豆腐のみそ汁	高野豆腐(大豆、炭酸カリウム、塩化カルシウム)、ぶなしめじ、にんじん、じゃがいも、こまつな、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	牛乳	牛乳
17日 (水)	麦ごはん	米、大麦
	鶏のみそチーズ焼き	鶏肉、濃口しょうゆ、酒、みそ、みりん、ミックスチーズ(ナチュラルチーズ、植物油脂、でん粉、ホエイパウダー、乳たん白質、デキストリン、食塩、水、増粘剤(加工でん粉)、セルロース、pH調整剤、カロテノイド色素)、パセリ粉
	きんぴら大豆	豚肉、さつま揚げ(魚肉、植物油、発酵調味液、大豆たん白、砂糖、食塩、魚介エキス、ぶどう糖、加工でん粉、水)、大豆、ごぼう、にんじん、ピーマン、こんにゃく、米油、三温糖、濃口しょうゆ、みりん、だし汁(かつお、煮干し、さば)
	じゃがもち汁	おじゃがもちボール(じゃがいも、加工でん粉、でん粉、食塩、グルコマンナン、水)、にんじん、しいたけ、だいこん、冷凍油揚げ(大豆、植物油(菜種油、大豆油)、凝固剤、消泡剤)、ねぎ、濃口しょうゆ、薄口しょうゆ、酒、みりん、だし汁(かつお、煮干し、さば)
	冷凍みかん	みかん
	牛乳	牛乳
18日 (木)	コッペパン	小麦粉、上白糖、ショートニング、脱脂粉乳、パン酵母、食塩、イーストフード、ビタミンC
	彩り野菜のメンチカツ	豚肉、植物性たん白、たまねぎ、とうもろこし、にんじん、きゃべつ、ほうれんそう、でん粉、パン粉、小麦粉、コーンフラワー、植物油脂、水、調味料(砂糖、食塩、香辛料、ドロマイト、加工でん粉、ピロリン酸鉄、焼成カルシウム、着色料)、揚げ油(米油)
	フレンチサラダ	ブロッコリー、きゃべつ、アスパラガス、にんじん、とうもろこし、酢、オリーブオイル、食塩、上白糖、こしょう
	チンゲンサイと卵のスープ	ベーコン(豚肉、食塩、砂糖、香辛料(ナツメグ、コリアンダー、カルダモン、オールスパイス))、チンゲンサイ、はくさい、えのきだけ、鶏卵、コンソメゴールド(食塩、デキストリン、ぶどう糖、麦芽糖、食用植物油脂、粉末しょうゆ(小麦、大豆)、砂糖、野菜パウダー、チキンエキスパウダー、チキンパウダー、香辛料、ポークエキスパウダー、酵母エキス、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素、酸味料)、食塩、こしょう、でん粉
	牛乳	牛乳
19日 (金)	ごはん	米
	さばの塩焼き	さば、食塩
	じゃがいものそぼろ煮	豚肉、じゃがいも、にんじん、大豆、枝豆、米油、しょうが、三温糖、濃口しょうゆ、みりん、でん粉、だし汁(かつお、煮干し、昆布)
	山菜すいとん汁	冷凍すいとん(小麦粉、塩水、水)、しいたけ、ごぼう、にんじん、糸こんにゃく、山菜ミックス水煮(わらび、みず、ふき、姫竹、酸化防止剤(ビタミンC)、pH調整剤(クエン酸)、水)、鶏肉、ねぎ、だし汁(かつお、煮干し、昆布)、酒、薄口しょうゆ、食塩
	牛乳	牛乳
22日 (月)	麦ごはん	米、大麦
	高野豆腐の揚げ煮	凍り豆腐(大豆、豆腐用凝固剤、重曹、消泡剤製剤)、でん粉、揚げ油(米油)、鶏肉、たまねぎ、にんじん、しょうが、米油、三温糖、濃口しょうゆ、みりん、食塩、だし汁(かつお、煮干し、さば)
	野菜のごま酢和え	こまつな、にんじん、はくさい、もやし、きくらげ、とうもろこし、白いりごま、白すりごま、濃口しょうゆ、酢、三温糖
	じゃがいもとわかめのみそ汁	わかめ、じゃがいも、だいこん、ぶなしめじ、ねぎ、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	チーズ	ナチュラルチーズ、ミルクカルシウム、乳タンパク質、乳化剤、水
牛乳	牛乳	

日	献立名	材料名
23日 (火)	麦ごはん	米、大麦
	鶏肉の北京ダック風	鶏肉、酒、濃口しょうゆ、はちみつ、みりん、テンメンジャン(みそ、砂糖、植物油、発酵調味料、香辛料、酒精、カラメル色素)、ごま油
	春雨の中華和え	春雨、きゅうり、みずな、ハム(豚肉、食塩、砂糖、香辛料(ナツメグ、コリアンダー、カルダモン、オールスパイス))、とうもろこし、ごま油、酢、三温糖、濃口しょうゆ、白いりごま
	ごまキムチ汁	豚肉、ごぼう、だいこん、にんじん、こんにゃく、ねぎ、こまつな、豆腐、キムチ(はくさい、だいこん、食塩、魚醤油、異性化糖、赤唐辛子、三温糖、重湯、にんにく、しょうが、ねぎ、にら)、油、だし汁(かつお、煮干し、さば)、酒、みりん、白ねりごま、白いりごま、みそ
	牛乳	牛乳
25日 (木)	ごはん	米
	いかねぎカツ	柔らかいか葱カツ(いか、にんじん、ねぎ、しょうゆ、砂糖、パールミート、ピロリン酸第二鉄製剤、調整水、【衣】パン粉(小麦粉、ショートニング、イースト、ぶどう糖、食塩、大豆粉)、【バター液】溶解水、小麦粉、ライ麦粉、コーンフラワー、【打ち粉】コーンフラワー)、揚げ油(米油)
	こんにゃくと野菜のごま煮	こんにゃく、豚肉、たけのこ、にんじん、さやいんげん、ごま油、三温糖、酒、濃口しょうゆ、白すりごま、だし汁(かつお、煮干し、さば)
	なめこ汁	なめこ、豆腐、にんじん、だいこん、こまつな、ねぎ、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	牛乳	牛乳
26日 (金)	ごはん	米
	和風きんぴら包み焼き	鶏肉、たまねぎ、ごぼう、豆腐、鶏皮、粒状植物性たん白、小麦不使用しょうゆ、にんじん、砂糖、みりん、植物油、ぶどう糖、しょうが、食塩、豚ゼラチン、酵母エキス、液状混合調味料、ごま、香辛料、水、加工でん粉、セルロース、凝固剤、安定剤、ピロリン酸第二鉄
	じゃがいもの塩麹炒め	鶏肉、しょうが、米油、酒、じゃがいも、にんじん、こんにゃく、枝豆、液体塩麹(米麹、食塩、酒精)、だし汁(かつお、煮干し、昆布)
	かきたま汁	鶏卵、豆腐、たまねぎ、こまつな、薄口しょうゆ、濃口しょうゆ、酒、食塩、でん粉、だし汁(かつお、煮干し、昆布)
	牛乳	牛乳
29日 (月)	麦ごはん	米、大麦
	たらの野菜あんかけ	たら、でん粉、揚げ油(米油)、たまねぎ、しいたけ、ピーマン、にんじん、トマトケチャップ(トマト、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、ぶどう糖、醸造酢、食塩、たまねぎ、香辛料)、上白糖、酒、酢、でん粉、濃口しょうゆ
	もやしのナムル	もやし、チンゲンサイ、ごま油、酢、三温糖、濃口しょうゆ、白いりごま
	わんたんスープ	肉入りわんたん(小麦粉、小麦たん白、食塩、豚肉、オニオンソテー、粒状大豆たん白、コーン油、しょうゆ、でん粉、しょうが、みそ、食塩、香辛料、砂糖、かんすい、クチナシ色素、水)、にんじん、はくさい、たけのこ、きくらげ、ねぎ、濃口しょうゆ、ヘルシーファーム中華スープの素(食塩、デキストリン、砂糖、たん白加水分解物、オニオンパウダー、ガーリックパウダー、魚醤パウダー、酵母エキスパウダー、食用植物油、ジンジャーパウダー、調味動物油脂、こしょう、乳酸発酵酵母エキスパウダー、乳酸発酵トマトエキスパウダー、チキンパウダー、カラメル色素 ※一部にごま・大豆・鶏肉・豚肉を含む)、こしょう、ごま油
	牛乳	牛乳
30日 (火)	ごはん	米
	アスパラガス入りオムレツ	鶏卵、アスパラガス、かつお昆布だし、砂糖、でん粉、トレハロース、醸造酢、しょうゆ、みりん、食塩、植物油
	ほうれんそうと大根のサラダ	ほうれんそう、だいこん、にんじん、ハム(豚肉、食塩、砂糖、香辛料(ナツメグ、コリアンダー、カルダモン、オールスパイス))、薄口しょうゆ、オリーブオイル、食塩、こしょう、上白糖
	ポークカレー	豚肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、米油、にんにく、しょうが、はちみつ、中濃ソース(醸造酢、トマト、プルーン、たまねぎ、にんじん、ぶどう糖果糖液糖、砂糖、食塩、コーンスターチ、たん白加水分解物、酵母エキス、香辛料、水)、トマトケチャップ(トマト、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、ぶどう糖、醸造酢、食塩、たまねぎ、香辛料)、カレールウ:①スペシャルカレールウ(小麦粉、加工油脂、砂糖、食塩、カレー粉、コーンスターチ、粉末水あめ、トマトペースト、オニオンパウダー、ポークエキス、チキンエキス、たん白加水分解物、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素)②カレールウKFe(小麦粉、パーム油、食塩、砂糖、カレー粉、チキンエキス、にんにく、香辛料、粉末しょうゆ(小麦、大豆)、たん白加水分解物(小麦、大豆)、カラメル色素、調味料(アミノ酸等)、酸味料、ピロリン酸鉄、カラメル、Lグルタミン酸ナトリウム、クエン酸、ピロリン酸第二鉄、5'リボヌクレオチドカルシウム、5'リボヌクレオチドナトリウム)、濃口しょうゆ
	牛乳	牛乳
31日 (水)	ごはん	米
	ぶりの照り焼き	ぶり、しょうゆ、発酵調味料、砂糖、酒
	豚肉と野菜のみそ炒め	豚肉、きゃべつ、アスパラガス、たまねぎ、にんじん、しょうが、にんにく、ごま油、みそ、酒、三温糖
	えのきだけのみそ汁	えのきだけ、だいこん、冷凍ミニ絹揚げ(豆乳(大豆、消泡剤、水)、植物油、安定剤(加工デンプン)、豆腐用凝固剤製剤、酵素製剤、水)、みずな、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	牛乳	牛乳