



# 2024年(令和6年)5月献立表(A) (大蔵・衣川・望海・大久保北・高丘・江井島・魚住・魚住東・二見中学校)

日(曜)	1日(水)	2日(木)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)
献立	★子どもの日献立 ★かつおカツ 切干大根のソース炒め ★若竹汁 ★かしわもち	ごはん ひじきのふりかけ 鶏肉とじゃがいもの炒め物 ワンタンスープ	★あかしっ子大好きメニュー ★ハンバーグ ツナサラダ コーンスープ	★季節の献立 カレーライス(ごはん) キーマカレー ★アスパラガスとコーンのソテー	ごはん ごまちりめん 肉じゃが だんご汁	パン 鶏肉の洋風グリル コールスロー 押し麦スープ	ごはん かぼちゃコロッケ 枝豆のソテー ビーフンのすまし汁	パン 豚肉と大豆のトマト炒め ごぼうサラダ 野菜スープ	★季節の献立 ごはん ★鯔の南蛮漬け じゃがいもの磯香炒め 味噌汁	ごはん 高野豆腐の中華炒め にんじんのナムル レタススープ	ごはん 炒り鶏 田舎汁
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
材	ごはん(米) 100	ごはん(米) 100	ごはん(米) 100	ごはん(米) 100	ごはん(米) 100	コッペパン(小麦) 80	ごはん(米) 100	コッペパン(小麦) 80	ごはん(米) 100	ごはん(米) 100	ごはん(米) 100
	〔カツオカツ(1個) 60 天ぷら油 7.8 切干大根 4 豚肉 10 玉ねぎ 10 キャベツ 20 にんじん 6 サラダ油 1 あおさ粉 0.1 ウスターソース 2.5 とんかつソース 3.5 こしょう(白) 0.01 わかめ・乾 0.5 豆腐 30 たけのこ 15 にんじん 9 かまぼこ 7 青ねぎ 1 しょうゆ(うすくち) 5 みりん 0.6 清酒 0.6 塩 0.2 削り節 4.5 昆布 1 水 180 かしわもち(1個) 30 牛乳 206	〔ひじき・乾 1.1 ちりめんじゃこ・乾 1.2 かつお節 0.8 ごま 0.5 砂糖 0.7 しょうゆ(こいくち) 1 みりん 0.5 サラダ油 1 鶏肉 50 じゃがいも 45 玉ねぎ 20 にんじん 10 いんげん 5 サラダ油 1.5 オイスターソース 1.6 清酒 0.6 みりん 0.6 砂糖 0.3 しょうゆ(こいくち) 0.4 塩 0.07 こしょう(白) 0.01 かたくり粉 0.05 ワンタンの皮 15 豚肉 10 はくさい 10 にんじん 10 青ねぎ 1 はるさめ 4 しょうゆ(うすくち) 4.5 塩 0.3 こしょう(白) 0.02 ごま油 0.3 ブイヨン(ポーク) 28 水 155 牛乳 206	〔ハンバーグ(1個) 80 玉ねぎ 10 とんかつソース 0.9 ケチャップ 3.5 砂糖 0.45 サラダ油 0.5 かたくり粉 0.4 水 8.8 ツナ油漬け 10 キャベツ 25 ブロッコリー 15 にんじん 6 サラダ油 1 ドレッシング(クリーム・フレッシュ) 6 ベーコン 10 玉ねぎ 30 とうもろこし(ペースト) 35 とうもろこし 20 にんじん 10 パセリ・乾 0.02 ブイヨン(ポーク) 28 塩 0.75 こしょう(白) 0.05 サラダ油 1 米粉 1 水 115 牛乳 206	〔豚ひき肉 40 加熱レバー 3 じゃがいも 50 玉ねぎ 30 にんじん 15 グリーンピース 5 カレールウ① 10 カレールウ② 16 サラダ油 1 水 100 とうもろこし 35 チキンフランク 8 アスパラガス 10 にんじん 5 サラダ油 1 塩 0.04 こしょう(白) 0.01 牛乳 206	〔かえりちりめん 3 ごま 0.6 砂糖 0.7 サラダ油 1 しょうゆ(こいくち) 0.4 豚肉 40 こんにゃく 10 じゃがいも 45 玉ねぎ 20 にんじん 9 いんげん 5 サラダ油 1 砂糖 2 しょうゆ(こいくち) 3 水 1 鶏肉 15 だいこん 30 はくさい 10 にんじん 6 油揚げ 5 青ねぎ 1 白玉だんご 30 みそ(米・合わせ) 3.5 みそ(米・白) 7 削り節 6 水 145 牛乳 206	〔鶏肉 65 マーマレード 2 しょうゆ(こいくち) 2 こしょう(白) 0.01 サラダ油 1.5 かたくり粉 1 キャベツ 30 とうもろこし 5 にんじん 3 サラダ油 1 ドレッシング(コールスロー) 4 ベーコン 7 玉ねぎ 35 にんじん 9 セロリー 1 押し麦 8 しょうゆ(うすくち) 3 塩 0.65 こしょう(白) 0.03 サラダ油 1 ブイヨン(ポーク) 28 水 160 牛乳 206	〔かぼちゃコロッケ(1個) 55 天ぷら油 7.2 枝豆 20 にんじん 6 サラダ油 0.5 塩 0.03 こしょう(白) 0.01 鶏肉 20 豆腐 35 だいこん 30 にんじん 10 青ねぎ 2 ビーフン 8 しょうゆ(うすくち) 4.5 清酒 0.5 塩 0.31 削り節 6 水 125 牛乳 206	〔豚肉 40 大豆 35 天ぷら油 0.1 塩 0.03 こしょう(白) 0.03 玉ねぎ 15 にんにく 0.2 サラダ油 1 トマト 10 ウスターソース 1.7 ケチャップ 5.5 砂糖 0.1 チリパウダー 0.05 かたくり粉 0.7 ごぼう 30 にんじん 10 ツナ油漬け 10 サラダ油 1 酢 0.7 砂糖 0.38 ごま 0.3 ドレッシング(クリーム・ごま) 6.5 鶏肉 10 じゃがいも 25 玉ねぎ 15 にんじん 10 キャベツ 10 セロリー 1.5 しょうゆ(うすくち) 3 塩 0.8 こしょう(白) 0.04 ブイヨン(チキン) 30 水 145 牛乳 206	〔あじ(1切) 60 かたくり粉 4 天ぷら油 6.4 玉ねぎ 10 にんじん 5 枝豆 7 干しいたけ 0.3 しょうゆ(うすくち) 2.9 酢 5.8 砂糖 2.5 水 0.5 じゃがいも 45 あおさ粉 0.08 サラダ油 1.5 塩 0.1 こしょう(白) 0.01 しょうゆ(うすくち) 0.7 豆腐 30 だいこん 25 にんじん 10 油揚げ 4 青ねぎ 1 わかめ・乾 0.2 みそ(米・合わせ) 3.5 みそ(米・白) 7 削り節 6 水 170 牛乳 206	〔高野豆腐 13 豚肉 25 玉ねぎ 20 にんじん 10 枝豆 7 干しいたけ 0.3 しょうゆ(うすくち) 0.5 サラダ油 1 オイスターソース 2.75 砂糖 1.1 しょうゆ(うすくち) 0.6 みりん 0.5 清酒 0.5 ブイヨン(チキン) 5 かたくり粉 0.5 ごま油 0.8 水 35 にんじん 25 にんにく 0.05 ごま 0.8 ごま油 1 ブイヨン(粉末) 0.1 塩 0.15 こしょう(白) 0.007 鶏肉 10 レタス 20 玉ねぎ 20 にんじん 10 はるさめ 7 しょうゆ(うすくち) 4.5 塩 0.3 こしょう(白) 0.04 削り節 6 水 155 牛乳 206	〔鶏肉 60 こんにゃく 30 にんじん 15 竹輪 12 れんこん 10 いんげん 5 清酒 1.2 砂糖 1.5 みりん 0.5 しょうゆ(こいくち) 2.9 サラダ油 1 里芋 25 豆腐 30 豚肉 10 ごぼう 10 にんじん 10 油揚げ 4 青ねぎ 2 しょうゆ(うすくち) 5 清酒 1 みりん 0.9 かたくり粉 1 塩 0.35 削り節 6 水 155 牛乳 206

## 2024年度の献立テーマ

### “伝えよう つなげよう 食文化”

昔から食べられてきた和食や、兵庫県・明石市といった身近な地域の食文化だけでなく、今年度は食を通じて世界の料理や食文化も伝えられるような給食を提供していきます。

みなさんには、様々な食材や献立に触れることで、郷土を愛する心や地域の食べ物に関心を持ち、食を大切に思う心を育てて欲しいと思います。

## 1日★子どもの日献立

端午の節句の頃に「初がつお」が旬を迎えます。鯉は“勝負”にかけ、将来の活躍を願う気持ちが込められています。

筍(たけのこ)は、竹になるまで上に真っすぐ伸びることから、元気に育ってほしいという願いが込められています。

かしわもちは、柏の葉で包んだあん餅です。柏の木は、新しい芽が出ないと古い葉が木から落ちないことから『跡継ぎがなくなる』縁起の良い木とされています。

## ♥あかしっ子大好きメニュー♥

### 7日：ハンバーグ

ハンバーグはスチームコンベクションオーブンで焼き目をつけ、玉ねぎと煮込んだケチャップソースをかけて提供します。



### 22日：トッポギ入りタッカルビ

トッポギはうるち米で作られた韓国のお餅です。トッポギ、鶏肉、野菜と一緒に炒め、甘辛く味つけをしています。

