

令和7年 5月 こんだてひょう

今月の目標： 上手に食べよう

東部C学校給食共同調理場(打出中・粟津中・北大路中・石山中・南郷中・田上中・青山中・瀬田中・瀬田北中)

大津市教育委員会

日	曜	献立名	主 材				エネルギー たんぱく質 脂 質
			(黄) おもにエネルギーの もとになる	(赤) おもに 体をつくる	(緑) おもに体の調子を 整える	その他	
							中学校
1	木	おおつさんむぎ ぎゅうにゅう 大津産麦ごはん 牛乳 とりにく や 鶏肉のオイスターマヨ焼き キャベツとスナップえんどうのサラダ わふう ・和風ドレッシング トック入りスープ	麦ごはん マヨネーズ なたね油 和風ドレッシング トック	牛乳 鶏肉 豚肉	キャベツ スナップえんどう にんじん たまねぎ 乾しいたけ 青ねぎ	酒 塩 しょうゆ オイスターソース みりん 中華スープ	709kcal 32.7g 16.7g
2	金	おおつさんむぎ ぎゅうにゅう 大津産麦ごはん 牛乳 フライドポテト ハッシュドポーク ゼリー (ライチー)	麦ごはん じゃがいも なたね油 ハヤシルウ ゼリー (ライチー)	牛乳 豚肉	たまねぎ にんじん エリンギ トマト	塩 ケチャップ ウスターソース こしょう	751kcal 22.0g 20.6g
7	水	たんご せつこんだて 【端午の節句献立】 おおつさんむぎ ぎゅうにゅう 大津産麦ごはん 牛乳 とりにく しお あ 鶏肉の塩こうじから揚げ あか 赤こんにゃくとたけのこのうま煮 かまぼこのすまし汁 じる	麦ごはん 塩麴 でん粉 なたね油 三温糖	牛乳 鶏肉 豚ひき肉 ちらしまぼ こ (かぶと)	赤こんにゃく たけのこ たまねぎ にんじん 糸みつば	酒 しょうゆ みりん 出し昆布 削り節	732kcal 31.9g 20.0g
8	木	きょうどりょうり とくさんぶつ わかやまけん 【郷土料理・特産物：和歌山県】 おおつさんむぎ ぎゅうにゅう 大津産麦ごはん 牛乳 たいうおの梅肉焼き ばいにくや そうへいじる 僧兵汁 すろっぽ (だいこん にんじんの煮物) *	麦ごはん なたね油 三温糖 でん粉	牛乳 たちうお 豚肉 豆腐 みそ 豆みそ	梅肉 だいこん にんじん はくさい れんこん たけのこ にんにく 青ねぎ	塩 酒 みりん しょうゆ 煮干し 中華スープ	737kcal 30.8g 26.7g
9	金	おおつさんむぎ ぎゅうにゅう 大津産麦ごはん 牛乳 む 蒸しポークしゅうまい☆ ほうれんそうの炒めナムル いた とりにく やさい ちゅうかうに 鶏肉と野菜の中華風煮	麦ごはん ごま油 すりごま なたね油 でん粉	牛乳 ポークしゅう まい 鶏肉 蒸しかまぼこ	ほうれんそう だいこん はくさい たまねぎ たけのこ にんじん ピーマン	みりん しょうゆ 中華スープ	774kcal 29.6g 22.7g
12	月	ソフトめん ぎゅうにゅう 牛乳 かぼちゃと新じゃがいものコロコロあげ しん あ かいそう かんきつ 海藻サラダ・柑橘ドレッシング ぶた にく に 豚ひき肉のトマトソース煮	ソフトめん じゃがいも でん粉 柑橘ドレッシング なたね油 三温糖	牛乳 海藻ミックス 豚ひき肉	かぼちゃ キャベツ とうもろこし たまねぎ にんじん エリンギ にんにく トマト	塩 ウスターソース ケチャップ トマトピューレー コンソメ こしょう	737kcal 28.7g 21.4g
13	火	おおつさんむぎ ぎゅうにゅう 大津産麦ごはん 牛乳 わかさぎのから揚げ あ れんこんの炒めサラダ いた ふう しる ちゲ風みそ汁	麦ごはん でん粉 なたね油 マヨネーズ	牛乳 わかさぎ 鶏ささ身 豚肉 豆腐 みそ	しょうが れんこん にんじん さやいんげん たまねぎ だいこん キムチ (はくさい)	酒 しょうゆ 塩 煮干し	737kcal 25.2g 25.8g
14	水	おおつさんむぎ ぎゅうにゅう 大津産麦ごはん 牛乳 フランクフルト やさい 野菜のカレー煮 に キャベツのサラダ・和風ドレッシング わふう	麦ごはん なたね油 和風ドレッシング じゃがいも カレールウ	牛乳 フランクフル ト 鶏肉	キャベツ とうもろこし えだまめ たまねぎ にんじん トマト	コンソメ しょうゆ カレー粉 ウスターソース 塩 こしょう	741kcal 29.4g 22.9g
15	木	春季総体のため給食はありません					
16	金	春季総体のため給食はありません					
19	月	バターリッチパン ぎゅうにゅう 牛乳 チキンハンバーグケチャップソース やさい 野菜のスープ煮込み に こ プリン (抹茶) まつちや	バターリッチパン 三温糖 じゃがいも プリン (抹茶)	牛乳 チキンハン バーグ 豚肉	たまねぎ キャベツ にんじん パセリ	ウスターソース ケチャップ コンソメ 塩 こしょう	774kcal 31.5g 25.5g

☆ 9日(金)蒸しポークしゅうまい 中学生は4個です。

日	曜	献立名	主 材 料				エネルギー たんぱく質 脂 質
			(黄) おもにエネルギーの もとになる	(赤) おもに 体をつくる	(緑) おもに体の調子を 整える	その他	
20	火	おおつさんむぎ ぎゅうにゅう 大津産麦ごはん 牛乳 さばの塩焼き きりぼ だいこん 切干し大根のソース炒め しん あぶらあ する 新じゃがいもと油揚げのみそ汁	麦ごはん なたね油 じゃがいも	牛乳 さば 豚肉 あおのり 油揚げ みそ	切干しだいこん キャベツ たまねぎ にんじん 青ねぎ	塩 酒 中濃ソース しょうゆ こしょう 煮干し	745kcal 33.6g 25.6g
21	水	【滋賀の産物を食べようデー】 おおつさんむぎ ぎゅうにゅう 大津産麦ごはん 牛乳 あじのから揚げ かんぴょうのあえもの かしわのじゅんじゅん	麦ごはん でん粉 三温糖 じゃがいも なたね油	牛乳 あじ 鶏肉 焼き豆腐	かんぴょう キャベツ にんじん たまねぎ しょうが 青ねぎ はくさい 赤こんにゃく	酒 塩 しょうゆ	801kcal 36.5g 22.9g
22	木	おおつさんむぎ ぎゅうにゅう かぼちゃサラダ 大津産麦ごはん 牛乳 とりにく や 鶏肉のバジル焼き はるさめのコンソメスープ	麦ごはん なたね油 マヨネーズ はるさめ じゃがいも	牛乳 鶏肉 豚肉	にんにく かぼちゃ たまねぎ キャベツ にんじん	白ワイン 塩 こしょう バジルソース コンソメ しょうゆ	707kcal 31.7g 17.7g
23	金	【かみかみデー】 おおつさんむぎ 大津産麦ごはん のむヨーグルト(B) いかのかりん揚げ 厚揚げの炒め煮 ごぼうのごまドレサラダ	麦ごはん でん粉 ごまドレッシング じゃがいも なたね油 三温糖	のむヨーグル ト(B) むらさきいか 豚肉 厚揚げ	しょうが ごぼう とうもろこし たまねぎ にんじん えだまめ	酒 しょうゆ 塩 こしょう みりん 削り節	790kcal 31.4g 17.2g
26	月	【外国料理・トルコ】 レーズンパン チキンケバブ (鶏肉のロースト) ぎゅうにゅう ふう 牛乳 トルコ風ボテトサラダ* メルジメッキチョルパス (レンズ豆のスープ)	レーズンパン なたね油 じゃがいも オリーブ油 でん粉 レンズまめ	牛乳 鶏肉 ウインナー	にんにく パセリ レモン果汁 たまねぎ キャベツ にんじん ぶなしめじ トマト	塩 こしょう チリパウダー パプリカ (粉) 白ワイン コンソメ トマトピューレー カレー粉 しょうゆ	747kcal 36.1g 23.3g
27	火	おおつさんむぎ ぎゅうにゅう 大津産麦ごはん 牛乳 メンチカツ キャベツのあえもの わかめと新玉ねぎのすまし汁	麦ごはん なたね油	牛乳 ボークメンチカツ 鶏肉 わかめ 蒸しかまぼこ	キャベツ にんじん たまねぎ	しょうゆ みりん 削り節 出し昆布	786kcal 25.7g 27.0g
28	水	【おすすめカレー ・残さず食べようデー】 おおつさんむぎ 大津産麦ごはん のむヨーグルト(A) だいず あ 大豆とちくわの揚げがらめ きゅうりとだいこんの梅あえ なんごうしょうがっこう 南郷小学校おすすめカレー	麦ごはん でん粉 三温糖 じゃがいも なたね油 カレールウ	のむヨーグル ト(A) 大豆 焼き竹輪 牛肉	きゅうり だいこん 梅肉 たまねぎ にんじん とうもろこし ブロッコリー	しょうゆ みりん ウスターソース ケチャップ カレー粉 こしょう 塩	844kcal 24.4g 24.1g
29	木	おおつさんむぎ ぎゅうにゅう 大津産麦ごはん 牛乳 ぶたにく や 豚肉のしょうが焼き こまつなのおひたし とりだんごじる 鶏団子汁	麦ごはん じゃがいも	牛乳 豚肉 チキンボール 豆腐	しょうが たまねぎ こまつな キャベツ えのきたけ にんじん 青ねぎ	酒 しょうゆ みりん 削り節 出し昆布 塩	710kcal 31.2g 21.2g
30	金	おおつさんむぎ ぎゅうにゅう 大津産麦ごはん 牛乳 さわらのたつたあ 竜田揚げ 豚じゃが しお チンゲンサイの塩こんぶあえ	麦ごはん でん粉 じゃがいも なたね油 三温糖	牛乳 さわら 塩昆布 豚肉	しょうが にんじん チンゲンサイ キャベツ たまねぎ 糸こんにゃく さやいんげん	酒 しょうゆ みりん 削り節	847kcal 34.7g 27.6g

※ 材料等の都合で献立を変更することがありますのでご了承ください。 * は、新しい料理などです。お楽しみに・・・

★こんだてから

28 日 南郷小学校おすすめカレーは、昨年度の保健食育委員会の児童が、きれいな人が少なそうで、彩りのよい食材であるとうもろこしとブロッコリーを入れたカレーを考えてくれました。

・・・保護者の方へお願い・・・

- 皆様からいただいております学校給食費は、すべて食材の購入費となっています。毎月の学校給食費は期日までにお支払いいただきますようお願いいたします。5月分の口座振替日は6月30日(月)です。納付予定額は、中学校5,220円です。ただし、学校行事等により変更となる場合があります。
- 第3子以降の給食費免除の申請を随時受付しています。詳しくは市HPをご確認ください。