

令和6年度 5月 給食予定献立表

泉佐野市立中学校給食センター

泉佐野市では、地産地消と食育の推進の一環として、泉佐野産の米と泉州産の野菜を使用しています。
 泉佐野産、泉州産の食材を使用している献立には、コックペアーのマークがついています。
 今月の給食で使用予定の泉佐野産の米と泉州産の野菜（**新玉ねぎ**、**青ねぎ**、**小松菜**）は**太字**で記載しています。
 令和6年4月よりSDGsの観点から、オーガニック給食を実施しています。
 有機農産物（**じゃがいも**、**キャベツ**、**土生菜**、**にら**、**人参**、**ピーマン**、**えのきたけ**、**小松菜**）は、**太字斜体**で記載しています。



卵、卵を含む加工食品には★、牛乳、乳を含む加工食品には■印をつけ、白抜き文字にしています。

日付	献立名	エネルギー(kcal) 蛋白質エネルギー比(%) 脂質エネルギー比(%)	使用食材			
1 (水)	牛乳 黒糖パン ミネストローネ ハムステーキ フルーツポンチ	859 13.6% 27.5%	牛乳 ■牛乳	黒糖パン 国産オーガニック小麦粉使用	ミネストローネ カットウインナー オニオンソー ポイルトマト トマトケチャップ ウスターソース ウスターソース 砂糖 塩 こしょう 鶏がらスープ サラダ油(米)	ハムステーキ ハムステーキ トマトケチャップ ウスターソース 豚カツソース 砂糖 赤ワイン
2 (木)	牛乳 和風丼 れんこんのはさみ揚げ ハムときゅうりの甘酢和え	726 14.8% 24.9%	牛乳 ■牛乳	精白米 豚肉 ミニ厚揚げ 新玉ねぎ 青ねぎ 白菜 オガニック人参 しめじ オガニック土生菜 薄口しょうゆ	和風丼 濃口しょうゆ 塩 みりん 料理酒 ばれいしょでんぶん 削り節	れんこんのはさみ揚げ れんこんのはさみ揚げフライ 揚げ油(米) 豚カツソース ウスターソース トマトケチャップ 砂糖
7 (火)	牛乳 玄米ごはん わかめうどん かき揚げ きゅうりとツナの生姜和え	742 13.5% 21.8%	牛乳 ■牛乳	精白米 うどん 干わかめ 鶏肉 オガニック人参 油揚げ 新玉ねぎ 青ねぎ かまぼこ 薄口しょうゆ	わかめうどん 濃口しょうゆ 塩 みりん 削り節 出し昆布	かき揚げ かぼちゃ 焼き竹輪 新玉ねぎ 三度豆 小麦粉 ばれいしょでんぶん 塩 揚げ油(米)
8 (水)	牛乳 コッペパン ミートボールシチュー オムレツのケチャップソースかけ アスパラのサラダ	794 14.9% 32.1%	牛乳 ■牛乳	コッペパン ミートボール 新玉ねぎ オガニック人参 しめじ 枝豆 セロリ サラダ油(米) トマトピューレ トマトケチャップ	コッペパン ウスターソース 米粉のハヤシルウ 薄口しょうゆ 砂糖 塩 こしょう 鶏がらスープ	オムレツのケチャップソースかけ ★ブレンオムレツ トマトケチャップ ウスターソース 豚カツソース 砂糖 赤ワイン
9 (木)	牛乳 ごはん 新玉ねぎのみそ汁 かつおフライ 豚肉と人参のすりごま炒め	707 17.3% 24.8%	牛乳 ■牛乳	ごはん 新玉ねぎ 青ねぎ オガニック人参 豆腐 かまぼこ オガニック えのきたけ 干わかめ 赤みそ	新玉ねぎのみそ汁 白みそ 削り節 出し昆布	かつおフライ かつおフライ 揚げ油(米) 豚カツソース ウスターソース トマトケチャップ 砂糖 赤ワイン
10 (金)	牛乳 マーボー丼 春巻き(1人2本) ツナと切干大根の和え物	897 13.8% 32.1%	牛乳 ■牛乳	精白米 豆腐 ミニ厚揚げ 豚ひき肉 たけのこ水煮 干しいたけ 新玉ねぎ 青ねぎ オガニック人参 オガニック土生菜 料理酒	マーボー丼 にんにく 赤みそ 八丁みそ 濃口しょうゆ 砂糖 塩 こしょう みりん 料理酒	春巻き(1人2本) 春巻き 揚げ油(米) 鶏がらスープ
13 (月)	牛乳 ごはん ポークトックスープ さばのねぎソースかけ 中華和え	765 14.2% 30.0%	牛乳 ■牛乳	ごはん ミニトック ベーコン 新玉ねぎ オガニック人参 チンゲン菜 たけのこ水煮 薄口しょうゆ 塩 こしょう	ポークトックスープ 豚骨スープ 豚骨白湯スープ	さばのねぎソースかけ さば切り身 濃口しょうゆ 砂糖 料理酒 みりん 白ねぎ ばれいしょでんぶん
14 (火)	牛乳 豆ごはん にゅうめん汁 揚げ鶏のレモンしょうゆかけ (1人6〜8個) ※当日の揚げ具合によって前後します キャベツのごま和え	768 16.6% 32.6%	牛乳 ■牛乳	精白米 えんどう豆 塩 鶏肉 ピーマン 白菜 オガニック人参 かまぼこ 豆腐 干しいたけ 青ねぎ 薄口しょうゆ	にゅうめん汁 塩 みりん 削り節 出し昆布	揚げ鶏のレモンしょうゆかけ 鶏肉角切り(でん粉付) 揚げ油(米) 濃口しょうゆ 砂糖 レモン みりん 料理酒
15 (水)	牛乳 アップルパン キャベツとコーンのスープ コロケ ポークチャップ	869 12.4% 33.1%	牛乳 ■牛乳	アップルパン カットウインナー オガニックキャベツ オガニック人参 新玉ねぎ もやし ホールコーン 薄口しょうゆ 塩 こしょう	キャベツとコーンのスープ 鶏がらスープ	コロケ ポテトコロケ 揚げ油(米) 豚カツソース ウスターソース トマトケチャップ 砂糖 赤ワイン
16 (木)	牛乳 中華丼 さわらの天ぷら甘酢あんかけ パンパンジーサラダ	831 15.3% 32.0%	牛乳 ■牛乳	精白米 豚肉 ミニ厚揚げ 新玉ねぎ オガニック人参 白菜 たけのこ水煮 干しいたけ オガニックピーマン もやし	中華丼 オガニック土生菜 サラダ油(米) 薄口しょうゆ 濃口しょうゆ 塩 みりん 料理酒 こしょう 鶏がらスープ ばれいしょでんぶん	さわらの天ぷら甘酢あんかけ さわらの天ぷら 揚げ油(米) 濃口しょうゆ トマトケチャップ 塩 米酢 砂糖 ばれいしょでんぶん
17 (金)	牛乳 ごはん カレー豆腐 チキンナゲット(1人2個) ひじきサラダ	785 15.9% 28.4%	牛乳 ■牛乳	精白米 豆腐 豚肉 新玉ねぎ ミニ厚揚げ たけのこ水煮 オガニック人参 オガニックにら オガニック土生菜 にんにく	カレー豆腐 米粉のカレーウ 濃口しょうゆ 砂糖 料理酒 鶏がらスープ サラダ油(米)	チキンナゲット チキンナゲット(1人2個) トマトケチャップ ウスターソース 豚カツソース 砂糖 赤ワイン

* 泉佐野市のホームページの右下側にある「毎日の給食」から日々の給食の写真を見ることができます。ぜひご覧下さい。

令和6年度 5月 給食予定献立表

泉佐野市立中学校給食センター

泉佐野市では、地産地消と食育の推進の一環として、泉佐野産の米と泉州産の野菜を使用しています。
泉佐野産、泉州産の食材を使用している献立には、コックペアーのマークがついています。
今月の給食で使用予定の泉佐野産の米と泉州産の野菜(新玉ねぎ、青ねぎ、小松菜)は太字で記載しています。
令和6年4月よりSDGsの観点から、オーガニック給食を実施しています。
有機農産物(じゃがいも、キャベツ、土生菜、にら、人参、ピーマン、えのびたけ、小松菜)は、太字斜体で記載しています。



卵、卵を含む加工食品には★、牛乳、乳を含む加工食品には■印をつけ、白抜き文字にしています。

日付	献立名	エネルギー(kcal) 蛋白質エネルギー比(%) 脂質エネルギー比(%)	使用食材				
20 (月)	牛乳 ごはん 豚汁 ほたてフライ(1人2個) ポテトサラダ	797 15.0% 29.6%	牛乳 ■牛乳	ごはん 精白米	豚汁 豚肉 豆腐 オガニック人参 新玉ねぎ 青ねぎ つきこんにやく 大根 赤みそ 白みそ	ほたてフライ ほたてフライ 揚げ油(米) 豚カツソース ウスターソース トマトケチャップ 砂糖 赤ワイン	ポテトサラダ 卵抜きマヨネーズ オガニックじゃがいも きゅうり オガニック人参 ボンレスハム 米酢 砂糖 塩 こしょう
21 (火)	牛乳 ごはん・ふりかけ ラーメン 鶏肉の甘辛炒め	754 14.5% 24.7%	牛乳 ■牛乳	ごはん 精白米	ラーメン 蒸し中華麺 豚肉 オガニックキャベツ オガニック人参 もやし ホールコーン 白ねぎ 薄口しょうゆ 塩 こしょう	鶏肉の甘辛炒め 鶏肉 焼き竹輪 新玉ねぎ オガニック小松菜 オガニック人参 オガニック土生菜 サラダ油(米) 濃口しょうゆ 砂糖	ふりかけ みりん 料理酒 にんにく おかかふりかけ
22 (水)	牛乳 ウインナードッグ コーンポタージュ コールスローサラダ	856 14.2% 38.7%	牛乳 ■牛乳	カットパン 国産オガニック小麦粉使用	ウインナードッグ ロングウインナー トマトケチャップ ウスターソース 豚カツソース 砂糖 赤ワイン	コーンポタージュ ホールコーン クリームコーン ベーコン オガニックじゃがいも オガニック人参 新玉ねぎ 枝豆 ■バター	コールスローサラダ ボンレスハム オガニックキャベツ オガニック人参 塩 こしょう フレンチドレッシング
23 (木)	牛乳 菜めし 肉じゃが 開きあじのフライ きゅうりの酢の物	800 15.9% 23.1%	牛乳 ■牛乳	精白米 菜めしのもと	肉じゃが 豚肉 オガニックじゃがいも 糸こんにやく 棒天 オガニック人参 新玉ねぎ グリーンピース 濃口しょうゆ	開きあじのフライ 薄口しょうゆ 砂糖 みりん 料理酒 削り節 開きあじのフライ 揚げ油(米) 豚カツソース ウスターソース トマトケチャップ 砂糖 赤ワイン	きゅうりの酢の物 きゅうり 干わかめ ちりめんじゃこ 薄口しょうゆ 砂糖 米酢 みりん
24 (金)	牛乳 ごはん 切干大根のみそ汁 鶏肉の照り焼きソースかけ(1人2切) 五目豆	724 17.2% 27.7%	牛乳 ■牛乳	ごはん 精白米	切干大根のみそ汁 切干大根 白菜 新玉ねぎ 青ねぎ 豆腐 オガニック人参 かまぼこ 干わかめ 赤みそ	鶏肉の照り焼きソースかけ(1人2切) 鶏肉カット 濃口しょうゆ 砂糖 料理酒 みりん ばれいしょでんぶん	五目豆 大豆 削り節 出し昆布 ひじき オガニック人参 枝豆 薄口しょうゆ 濃口しょうゆ 砂糖 みりん
27 (月)	牛乳 炊き込みチャーハン 春雨スープ ミートボールの甘酢あん 大根サラダ	758 13.2% 31.4%	牛乳 ■牛乳	炊き込みチャーハン 精白米 炊き込みチャーハンのもと	春雨スープ 緑豆春雨 ボンレスハム 新玉ねぎ オガニック人参 干しいたけ たけのこ水煮 チンゲン菜 薄口しょうゆ 塩	ミートボールの甘酢あん ミートボール 揚げ油(米) 濃口しょうゆ トマトケチャップ 米酢 砂糖 ばれいしょでんぶん	大根サラダ 大根 オガニック人参 きゅうり まぐろツナ(油漬け) 塩 こしょう 柑橘ドレッシング
28 (火)	牛乳 ごはん もずくと卵のスープ ミンチカツ 厚揚げとキムチの炒め物	783 13.8% 29.0%	牛乳 ■牛乳	ごはん 精白米	もずくと卵のスープ ベーコン ★卵 ばれいしょでんぶん もずく オガニック人参 新玉ねぎ 青ねぎ 豆腐 薄口しょうゆ	ミンチカツ ミンチカツ 揚げ油(米) 豚カツソース ウスターソース トマトケチャップ 砂糖 赤ワイン	厚揚げとキムチの炒め物 豚肉 白菜キムチ ミニ厚揚げ 新玉ねぎ オガニック人参 チンゲン菜 オガニック土生菜 にんにく サラダ油(米)
29 (水)	牛乳 コッペパン・いちごジャム ベジタブルスープ ハンバーグ ナポリタンスパゲティ	781 14.8% 29.5%	牛乳 ■牛乳	コッペパン コッペパン 国産オガニック小麦粉使用	ベジタブルスープ ベーコン 新玉ねぎ オガニックキャベツ オガニック人参 しめじ オガニックじゃがいも 薄口しょうゆ 塩	ハンバーグ ハンバーグ トマトケチャップ ウスターソース 豚カツソース 砂糖 赤ワイン	ナポリタンスパゲティ カットスパゲティ カットウインナー オガニック人参 オガニックピーマン 新玉ねぎ トマトビュッレ トマトケチャップ ウスターソース 塩
30 (木)	牛乳 ハヤシライス ジャーマンポテト ツナレモン和え	742 16.2% 23.7%	牛乳 ■牛乳	精白米	ハヤシライス 豚肉 オガニック人参 新玉ねぎ しめじ 枝豆 米粉のハヤシライス 米粉のデミグラスソース トマトビュッレ トマトケチャップ 赤ワイン	ジャーマンポテト 豚骨スープ オガニックじゃがいも 厚切りベーコン 塩 こしょう オリーブオイル	ツナレモン和え まぐろツナ(油漬け) オガニックキャベツ レモン オガニック人参 塩 こしょう
31 (金)	牛乳 ごはん 麴のみそ汁 白身魚フライ ツナとひじきの炒め物	705 16.1% 22.3%	牛乳 ■牛乳	ごはん 精白米	麴のみそ汁 おつけ麺 干わかめ 豆腐 新玉ねぎ 青ねぎ オガニック人参 大根 赤みそ 白みそ	白身魚フライ 白身魚フライ 揚げ油(米) トマトケチャップ 砂糖 赤みそ	ツナとひじきの炒め物 ひじき オガニック人参 まぐろツナ(油漬け) 三度豆 濃口しょうゆ 砂糖 みりん サラダ油(米)

～保護者の方へ～

- 食べ残した食品については、家庭には持ち帰ることは出来ません。衛生上すべて学校、又は給食センターで処分させていただきます。
- 給食について、不明な点、不安や疑問に思っている点などがありましたら給食センター栄養士までお問い合わせ下さい。

TEL:072-493-9409 FAX:072-493-9412 E-mail:chukusyusoku@city.izumisano.lg.jp

* 泉佐野市のホームページの右下側にある「毎日の給食」から日々の給食の写真を見ることができます。ぜひご覧下さい。