

令和8年5月中学校給食献立予定表

※主な材料に含まれるアレルギーについて、卵は●、乳は▲、小麦は★と表記しています。 ※マヨネーズは卵を使用していません。

※アレルギーについては、主な材料名として記載されているものについて表示してあります。

※()については食材には含まれていませんが、そのアレルギーを含む製品を同じ製造ラインで製造しており、微量に混入する恐れがあります。

日・曜日	献立名	料理に含まれるアレルギー			主材料とその働き						
		卵	乳	小麦	主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる		
					1群	2群	3群	4群	5群	6群	
1・金	牛乳 スプーン		○			牛乳▲					
	麦ご飯(皿)									麦ご飯	
	セルフたけのご飯(から碗) ご飯にかける				鶏肉 油揚げ		にんじん	たけのこ		さとう	油
	すまし汁(黄碗)			(○)	かまぼこ(★) 豆腐		ねぎ にんじん	玉ねぎ			
7・木	牛乳 スプーン		○			牛乳▲					
	ご飯(皿)									ご飯	
	チキンカレー(から碗) ご飯にかける		○		鶏肉		にんじん	玉ねぎ しょうが にんにく		米粉(▲) じゃがいも	油 パター▲
	フルーツミックス(黄碗)							みかん 缶もも缶 パイン缶			
8・金	牛乳		○			牛乳▲					
	麦ご飯(黄碗)									麦ご飯	
	豚みそ(皿)				ぶたにく みそ			玉ねぎ		こんにやく さとう	油
	磯和え(から碗)			(○)	のり(★)		小松菜	キャベツ えのきたけ		さとう	
11・月	牛乳		○			牛乳▲					
	ご飯(黄碗)									ご飯	
	ししゃもフライ(皿) 1人3尾	(○)	(○)	○		ししゃもフライ★(●▲)					油
	キャベツのしそあえ(皿)						しそ粉	キャベツ			
12・火	牛乳 スプーン		○			牛乳▲					
	ロールパン(皿)	(○)	○	○						ロールパン▲★(●)	
	マカロニミートソース(から碗)			○	ぶたにく		にんじん パセリ	にんにく 玉ねぎ		マカロニ★	油
	豆サラダ(黄碗)				大豆 まぐろ油漬け			きゅうり			マヨネーズ
13・水	牛乳 スプーン		○			牛乳▲					
	麦ご飯(皿)									麦ご飯	
	ピビンバ(から碗) ご飯にかける				ぶたにく みそ		にんじん	しょうが にんにく たけのこ		さとう	ごま油 ごま
	豆腐と小松菜のスープ(黄碗)				鶏肉 豆腐		にんじん 小松菜	しょうが にんにく		春雨 でんぶん	ごま油
14・木	牛乳		○			牛乳▲					
	ご飯(黄碗)									ご飯	
	親子煮(から碗)	○	(○)	(○)	鶏肉 液卵●(▲★)		にんじん ねぎ	玉ねぎ		さとう じゃがいも	
	ふきいきりきんぴら(皿)				鶏肉		にんじん	ふき たけのこ		系こんにやく さとう	油 ごま
15・金	牛乳 スプーン		○			牛乳▲					
	麦ご飯(皿)									麦ご飯	
	中華飯(から碗) ご飯にかける				ぶたにく		ねぎ にんじん	玉ねぎ たけのこ キャベツ		コーンスターチ	油 ごま油
	フライビーンズ(黄碗)				大豆					でんぶん さとう	油
18・月	牛乳		○			牛乳▲					
	ご飯(黄碗)									ご飯	
	チキンごぼう(皿)				鶏肉		枝豆	ごぼう		でんぶん さとう	油
	わかめスープ(から碗)				豆腐	わかめ	にんじん ねぎ	もやし			ごま油
19・火	牛乳 スプーン		○			牛乳▲					
	黒糖パン(皿)	(○)	○	○						黒糖パン▲★(●)	
	ポテトと枝豆のグラタン(から碗)	(○)	○	○	ウインナー	チーズ▲ 牛乳▲	枝豆	玉ねぎ		じゃがいも 小麦粉★ パン粉★(●▲)	油 パター▲
	野菜スープ(黄碗)						にんじん	セロリー 切干大根 玉ねぎ キャベツ			油
20・水	牛乳 スプーン		○			牛乳▲					
	麦ご飯(黄碗)									麦ご飯	
	冷奴茶みそかけ(皿)				豆腐						
	茶みそを皿に盛り付ける				みそ 鶏肉 大豆		ねぎ お茶	しょうが		さとう	ごま油 ごま
21・木	牛乳		○			牛乳▲					
	減量ご飯(黄碗)									ご飯	
	山菜うどん(から碗)		(○)	○	鶏肉 油揚げ		にんじん ねぎ	山菜(★▲) 玉ねぎ		うどん★	
	切干大根のごまあえ(皿)				まぐろ油漬け		にんじん 小松菜	切干大根		さとう	ごま
22・金	牛乳		○			牛乳▲					
	麦ご飯(黄碗)									麦ご飯	
	かつお大豆のドレッシングあえ(皿)				かつお 大豆		にんじん ねぎ	しょうが にんにく		さとう でんぶん	ごま油 油
	野菜のそぼろ煮(から碗)				鶏肉		にんじん	玉ねぎ		じゃがいも こんにやく さとう	油
25・月	牛乳		○			牛乳▲					
	ご飯(黄碗)									ご飯	
	さばの煮付け(皿)				さば			しょうが		さとう	
	粉ふきいも(皿)									じゃがいも	
26・火	牛乳 スプーン		○			牛乳▲					
	亀山茶あげパン(皿)	(○)	○	○						ロールパン▲★(●) さとう	油
	ペーパーを使って食べる										
	ウインナーと大豆のトマト煮(から碗)	(○)	(○)	(○)	ウインナー 大豆		トマト水煮 にんじん	炒め玉ねぎ(●▲★) 玉ねぎ		じゃがいも さとう	
27・水	牛乳 スプーン		○			牛乳▲					
	麦ご飯(黄碗)									麦ご飯	
	豆腐の中華煮(から碗)				豆腐 ぶたにく		にんじん チンゲン菜	にんにく 玉ねぎ		さとう コーンスターチ	ごま油
	キャベツとわかめのナムル(皿)				わかめ			キャベツ にんにく		さとう	ごま ごま油
28・木	牛乳		○			牛乳▲					
	ご飯(黄碗)									ご飯	
	ヤンニョムチキン(皿)				鶏肉			にんにく		でんぶん さとう	油
	高菜炒め(皿)			(○)				高菜漬★(しょうゆ)			油
29・金	牛乳		○			牛乳▲					
	わかめご飯(黄碗)									麦ご飯	
	五目煮(から碗)				鶏肉 大豆 さつまあげ		にんじん			さとう こんにやく じゃがいも	
	もやしのごま酢(皿)						にんじん ねぎ	もやし しょうが		さとう	ごま

かめやまっ子給食 かめやまっ子給食の日は、亀山市でとれた食材を使った献立になっています。 印の食材はすべての学校で亀山産の食材になります。 減塩給食 減塩を意識したメニューです。学校給食ではスパイスの利用やだしの味をさすなど減塩にも工夫しています。

※いろいろな事情により、献立や食材料の一部を変更することがありますのでご了承ください。 亀山市教育委員会

※牛乳は毎日つきます。※ご飯は三重県産の米を使用しています。 ※調理場では、他校の給食やお弁当なども同じ施設内で調理しておりますことをご了承ください。