



5月 分献立のお知らせ

(基本食)

献立のお知らせは八戸市のホームページでもご覧いただけます。

アクセスはこちらから⇒

検索



◎アレルギー表示の見方について



- ①そば・落花生・かに・くるみは使用していません。
- ②料理ごとに使用しているアレルゲン物質に○印をつけています。
- ③主食(ごはん、パン、めん)は、卵・乳・小麦・そばを扱うところで製造しているため、微量の混入の可能性(コンタミネーション)があります。

2024年度

小学校

八戸市教育委員会 東地区給食センター Tel : 0178(33)7681

日	曜日	はし持参日	献立名	アレルギー表示				使用のおもな食品とからだの中でののはたらき				エネルギー(kcal)	備考
				卵	乳	小麦	えび	おもに体を作る たんぱく質、無機質を多く含む	おもにエネルギーのもとになる 炭水化物、脂質を多く含む	おもに体の調子を整える カロテン、ビタミンCを多く含む	その他		
1	水		こめこパン		○	○			こめこパン			663	ウインナー : ひとり2ほん
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			ポテトスープ			○		ベーコン	じゃがいも	たまねぎ だいこん にんじん パセリ	しょうゆ		
			ポイルドウインナー					ウインナー					
			ビーンズソテー		○	○		だいず	サラダあぶら	えだまめ コーン	コンソメ		
2	木	○	ごはん					ごはん			565		
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			わかたけじる			○		わかめ		たけのこ			しょうゆ
			ぶたにくとなまあげのみそいため	○		○		ぶたにく なまあげ ちくわみそ	サラダあぶら さとう	キャベツ チンゲンサイ にんじん たまねぎ しょうが			しょうゆ
			だしまきたまご	○				たまご					
7	火	○	ちゅうかさば			○		ちゅうかめん			664		
			じゃじゃめん			○		ぶたにく みそ	ラード さとう でんぷん	ねぎ しょうが			ちゅうかスープのもと
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			やさいのうまに			○		こうやどうふ さつまあげ	じゃがいも さとう	にんじん さやいんげん だいこん			しょうゆ
			パインかん							パイン			
8	水	○	ごはん					ごはん			595		
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			こしねじる					ぶたにく あぶらあげ みそ	さといも サラダあぶら	にんじん ごぼう こんにやく ほししいたけ ねぎ			
			にしんみぞれに			○		にしん		だいこん			
			ひじきのかわりいため	○		○		ひじき ちくわ だいずミート	サラダあぶら さとう	もやし にんじん えだまめ			やきにくのたれ
9	木	○	ごはん					ごはん			745		
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			こうはくすましじる	○		○		はんぺん とりにく たまご	マロニー	ほししいたけ ほうれんそう ねぎ			しょうゆ
			こんさいりいわしフライ			○		いわし すけとうだら とりにく	パンこ なたねあぶら				
			にあえ		○	○		とうふ こんぶ	サラダあぶら さとう	だいこん にんじん ごぼう			しょうゆ
けんさんこめこのかしわもち						かしわもち							
10	金	○	ごはん					ごはん			577	にくだんご : ひとり2こ	
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			もやしとあぶらあげのみそじる					あぶらあげ みそ		もやし キャベツ ねぎ			
			いろどりやさいのにくだんご			○		とりにく	パンこ	ごぼう ねぎ			
えだまめとこんにやくのしらあえ			○				ごま	えだまめこんにやく にんじん	しらあえのもと しょうゆ				
13	月	○	ごはん					ごはん			602	コーンしゅうまい : ひとり2こ	
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			キャベツとなまあげのみそじる					なまあげ みそ		キャベツ にんじん ねぎ			
			きりぼしだいこんいりビビンバ			○		ぶたにく	ごま さとう サラダあぶら ごまあぶら	きりぼしだいこん ほうれんそう もやし にんじん にんにく			やきにくのたれ しょうゆ
			コーンしゅうまい			○		ぶたにく	こむぎこ	たまねぎ コーン			
14	火	○	きしめん(めん)			○		きしめん			596		
			きしめん			○		とりにく あぶらあげ かまぼこ		にんじん ほししいたけ たもぎたけ ねぎ			しょうゆ
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			しろはなまめコロッケ			○	○	しろはなまめ	パンこ なたねあぶら				
			れんこんのマヨいため	○		○		ベーコン	サラダあぶら マヨネーズ	れんこん ごぼう にんじん にんにく			しょうゆ
15	水		くろコッペパン		○	○		くろコッペパン			688		
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			はくさいとにくだんごのスープ			○		とりだんご		はくさい にんじん ほうれんそう			ちゅうかスープのもと しょうゆ
			アラビアータ			○		ベーコン	フィジリ サラダあぶら	なす たまねぎ マッシュルーム トマト にんにく			デミグラスソース
			オムレツ	○				たまご					
16	木	○	ごはん					ごはん			642		
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			だいこんとあぶらあげのみそじる					あぶらあげ みそ	じゃがいも	だいこん にんじん ねぎ			
			さばしょうがに			○		さば		しょうが			
			もやしとちくわのいためもの	○		○		ちくわ	サラダあぶら さとう	もやし ピーマン			しょうゆ
17	金	○	ごはん					ごはん			653	こもちししゃもからあげ : ひとり2び	
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			こまつなとうふのみそじる					とうふ あぶらあげ みそ		こまつな たまねぎ			
			こもちししゃもからあげ	○		○		こもちししゃも	こむぎこ なたねあぶら				
			きんぴらごぼう			○		ぶたにく	ごま サラダあぶら さとう	ごぼう にんじん こんにやく			しょうゆ

「こしね汁」は、群馬県の郷土料理です。

「れんこんのマヨ炒め」は、新しい料理です。



5月 分献立のお知らせ

(基本食)

献立のお知らせは八戸市のホームページでもご覧いただけます。

アクセスはこちらから⇒

検索



◎アレルギー表示の見方について



- ①そば・落花生・かに・くるみは使用していません。
- ②料理ごとに使用しているアレルギー物質に○印をつけています。
- ③主食(ごはん、パン、めん)は、卵・乳・小麦・そばを扱うところで製造しているため、微量の混入の可能性(コンタミネーション)があります。

2024年度

小学校

八戸市教育委員会 東地区給食センター Tel : 0178(33)7681

日	曜日	はし持参日	献立名	アレルギー表示				使用するおもな食品とからだの中でののはたらき				エネルギー(kcal)	備考
				卵	乳	小麦	えび	おもに体を作る たんぱく質、無機質を多く含む	おもにエネルギーのもとになる 炭水化物、脂質を多く含む	おもに体の調子を整える カロテン、ビタミンCを多く含む	その他		
20	月	○	ごはん						ごはん			576	毎月19日は食育の日です。
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			ひつつみ			○		とりにく	ひつつみ じゃがいも	ごぼう にんじん ほししいたけ ねぎ	しょうゆ		
			さわらさいきょうやき かぶときゅうりのすのもの					さわら みそ					
21	火	○	ちゅうぼそうどん			○			ちゅうぼそうどん			586	キャンディチーズ : ひとり2こ
			しおだしとんじるうどん		○	○		ぶたにく とうふ あぶらあげ	サラダあぶら ごまあぶら	ごぼう だいこん にんじん ねぎ しょうが	とりがらすープのもと		
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			コーンフライ			○			こむぎこ パンこ なたねあぶら	コーン			
			ほうれんそうのおかか キャンディチーズ	○		○		ちくわ かつおぶし チーズ		ほうれんそう もやし	しょうゆ		
22	水	○	ごはん						ごはん			573	ミニトマト : ひとり2こ
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			わかめスープ			○		わかめ いか	ごま	キャベツ もやし ねぎ	ちゅうかさスープのもと しょうゆ		
			にくだんごとやさいのあまずいため			○		とりだんご	なたねあぶら さとう でんぷん サラダあぶら	たまねぎ にんじん たけのこ ほししいたけ ピーマン	すぶたソース しょうゆ		
23	木		おむぎごはん						おむぎごはん			705	
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			チキンカレー		○	○		とりにく スキムミルク	じゃがいも サラダあぶら	たまねぎ にんじん	カレールウ ホワイトルウ		
			ゼリーいりフルーツポンチ						りんごゼリー	もも パイン			
			ふくじんづけ			○				だいこん なす れんこん			
24	金	○	ごはん						ごはん			585	
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			なめこととうふのみそしる					とうふ みそ		なめこ だいこん ねぎ			
			つくねハンバーグ	○		○		とりにく		たまねぎ			
27	月	○	ごはん						ごはん			583	
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			さんかいじる					ほたて わかめ とうふ みそ		かぶ ぶなしめじ			
			こんさいりしのだに きりぼしだいこんのいためもの			○		あぶらあげ とりにく		にんじん たまねぎ			
28	火		スパゲッティ			○			スパゲッティ			714	ドレッシング : クラス2ほん
			スパゲッティミートソース			○		ぶたにく だいず		たまねぎ ピーマン トマトピューレー	ミートソース		
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			きゅうりともやしのサラダ							きゅうり にんじん もやし			
			パンバンジードレッシング ももかん			○			パンバンジードレッシング		もも		
29	水		コッペパン		○	○			コッペパン			735	ドレッシング : クラス1ほん
			ブルーベリージャム						ブルーベリージャム				
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			さつまいもとまめの とうにゅうスープ			○	○	ベーコン ひよこまめ あかいんげんまめ あおえんどうまめ スキムミルク とうにゅう なまクリーム	さつまいも サラダあぶら	たまねぎ パセリ	ベシャメルソース クリームポタージュ		
			てりやきチキン			○		とりにく					
30	木	○	ごはん						ごはん			610	
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			すきやき			○		ぶたにく やきどうふ	いたふ さとう	こんにゃく はくさい ねぎ ほししいたけ	しょうゆ		
			しらすいりたまごやき	○		○		たまご しらす わかめ					
			ごぶづけ			○		くきわかめ		だいこん にんじん			
31	金	○	ごはん						ごはん			589	
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			けんちんじる					とうふ あぶらあげ みそ	サラダあぶら	だいこん ごぼう にんじん こんにゃく			
			いわしごまみそに					いわし みそ	ごま				
			さやいんげんのいためもの オレンジ			○			サラダあぶら さとう	さやいんげん もやし にんじん	しょうゆ		

※栄養量は、月平均で計算し、八戸市学校給食摂取基準に近い値になるよう考慮した献立を作成しています。

◎5月分の青森県産品は、パン、めん、牛乳、ぶた肉、卵、アスパラガス、パセリ、ごぼう、なめこ、大豆ミート、にんにく、ほたて、コーンしゅうまい、つくねハンバーグ、彩り野菜の肉団子、県産米粉の柏もち、りんごゼリー、焼肉のたれです。

米は八戸産です。(天候により変更になることがあります。)

◎食材産地は、八戸市のホームページで公表しています。

◎加工食品は、使用する主な原材料を載せています。

月平均摂取量	631
八戸市摂取基準	650