

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。

アクセスはこちから⇒⇒

検索 八戸市 給食 献立



◎アレルギー表示の見方について

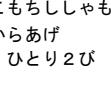
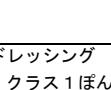
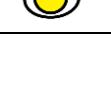
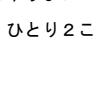
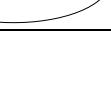


- ①そば・落花生・かに・くるみは使用していません。
- ②料理ごとに使用しているアレルゲン物質に○印をつけています。
- ③主食(ごはん、パン、めん)は、卵・乳・小麦・そばを扱うところで製造しているため、微量の混入の可能性(コンタミネーション)があります。

2025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 卵 乳 小麦 えび	使用するおもな食品とからだの中でのたらき				エネルギー(kcal)	備考
					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	木	○	ごはん		ごはん				578	
			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			
			しのだに	○	あぶらあげ とりにく		にんじん たまねぎ			
			きりぼしだいこんのいためもの	○	ちくわ	サラダあぶら さとう	きりぼしだいこん にんじん	しょうゆ		
2	金	○	ごはん		ごはん				659	
			ぎゅうにゅう	○	ぎゅうにゅう					
			キャベツとなまあげのみそしる		なまあげ みそ		キャベツ にんじん ねぎ			
			コロッケ	○		じゃがいも パンこ なたねあぶら	たまねぎ			
			はなやさいソテー	○ ○		サラダあぶら	カリフラワー ブロッコリー	コンソメ		
7	水	○	ソース					ソース	638	
			ごはん		ごはん					
			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しる		あぶらあげ みそ	じゃがいも	だいこん にんじん ねぎ			
			さばしうがに	○	さば		しょうが			
8	木	○	もやしとくわのいためもの	○ ○	ちくわ	サラダあぶら さとう	もやし ピーマン	しょうゆ	734	
			ごはん		ごはん					
			ぎゅうにゅう	○	ぎゅうにゅう					
			こうはくすまじる	○ ○	はんべん 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				
9	金	○	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	595	
			けんさんこめこのかしわもち			かしわもち				
			ごはん		ごはん					
			ぎゅうにゅう	○	ぎゅうにゅう					
			ほうれんそうとじゃがいものみそしる		みそ	じゃがいも	ほうれんそう たまねぎ			
12	月	○	つくねハンバーグ	○ ○	とりにく		たまねぎ		641	
			プロッコリーのごまあえ	○		ごま	ブロッコリー にんじん	ごまあえのもと		
			ごはん		ごはん					
			ぎゅうにゅう	○	ぎゅうにゅう					
			こまつなととうふのみそしる		とうふ あぶらあげ みそ		こまつな たまねぎ			
13	火	○	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			635	
			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 こんにゃく	しょうゆ		
			ちゅうかそば	○		ちゅうかめん				
			じゃじゃめん	○	ぶたにく みそ	ラード さとう でんぶん	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					
14	水		やさいのうまい	○	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	681	
			ミニトマト				ミニトマト			
			コッペパン	○ ○		コッペパン				
			いちごジャム			いちごジャム				
			ぎゅうにゅう	○	ぎゅうにゅう					
15	木	○	ミネストローネ	○	ベーコン だいず	マカロニ じゃがいも さとう	にんじん たまねぎ だいこんな トマト にんにく		563	
			オムレツ	○	たまご					
			カラフルサラダ				カリフラワー えだまめ コーン にんじん			
			コーンクリーミードレッシング			コーンクリーミードレッシング				
			ごはん			ごはん				
16	金	○	ぎゅうにゅう	○	ぎゅうにゅう				566	
			わかめスープ	○	とりにく わかめ なると	はるさめ	キャベツ ネギ	ちゅうかスープのもと しょうゆ		
			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			
			ごはん		ごはん					
19	月		ぎゅうにゅう	○	ぎゅうにゅう				664	
			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 バイン			
			ふくじんづけ	○			だいこん なす れんこん			
			ごはん		ごはん					

毎月19日は、
食育の日です。



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。

アクセスはこちから⇒
検索 八戸市 給食 献立



◎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。



2025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 卵 乳 小麦 えび	使用するおもな食品とからだの中でのたらき				エネルギー(kcal)	備考
					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	火	○	ちゅうぼそうどん	○		ちゅうぼそうどん			571	
			きつねうどん	○	とりにく あぶらあげ		ほししいたけ 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				
21	水	○	にんじんしりしり	○ ○	ツナ たまご	サラダあぶら	にんじん たまねぎ	しょうゆ	589	<p>「こしひね汁」は、群馬県の郷土料理です。</p>
			ごはん		ごはん					
			ぎゅうにゅう	○	ぎゅうにゅう					
			こしひじる		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 こんにゃく ほししいたけ ねぎ			
22	木	○	にしんみぞれに		にしん		だいこん		601	
			ひじきのいためもの	○	ひじき だいす さつまあげ	さとう サラダあぶら	にんじん	しょうゆ		
			ごはん		ごはん					
			ぎゅうにゅう	○	ぎゅうにゅう					
23	金	○	すまじる	○	とりにく なると	マロニー	ほししいたけ こまつな ねぎ	しょうゆ	567	にくだんご :ひとり2こ
			ぶたにくとなまあげのみぞいため	○ ○	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	しょうゆ		
			だしまきたまご	○ ○	たまご					
			ごはん		ごはん					
26	月	○	ぎゅうにゅう	○	ぎゅうにゅう				564	さわらさいきょう やきは、ほね にきをつけた べましょう。
			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		さわら みそ		ごぼう ねぎ			
			かぶときゅうりのすのもの			さとう	かぶ きゅうり			
27	火	○	ちゅうかそば	○		ちゅうかめん			629	
			みそラーメン	○	ぶたにく みそ	ごま サラダあぶら	キャベツ もやし にんじん ねぎ にんにく	みそラーメンのもと		
			ぎゅうにゅう	○	ぎゅうにゅう					
			はるまき	○	とりにく	こむぎこ なたねあぶら	キャベツ にんじん			
28	水		ほうれんそうとコーンのソテー			サラダあぶら	ほうれんそう カリフラワー コーン		690	ワインナー :ひとり2ほん
			こめこパン	○ ○		こめこパン				
			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 バセリ	しょうゆ		
29	木	○	ボイルドウインナー		ワインナー				568	
			ピーンズソテー	○ ○	ツナ ひよこまめ	サラダあぶら	えだまめ たまねぎ	コンソメ		
			ごはん		ごはん					
			ぎゅうにゅう	○	ぎゅうにゅう					
30	金	○	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		595	
			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	○		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		
			ごはん		ごはん					
30	金	○	ぎゅうにゅう	○	ぎゅうにゅう				月平均摂取量 616 八戸市摂取基準 650	
			すきやき	○ ○	ぶたにく とうふ	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			

※ 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、小松菜、ごぼう、なめこ、切り干し大根、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、りんごゼリーです。

米は八戸産です。(天候により変更になります。)

◎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。

いろいろな食べ物がみんなのげんきを支えます

