

5月 分献立のお知らせ

(基本食)

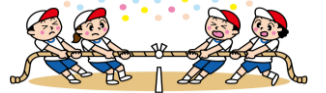
献立のお知らせは八戸市のホームページでもご覧いただけます。

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



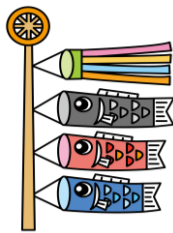
- ①そば・落花生・かに・くるみは使用していません。
- ②料理ごとに使用しているアレルゲン物質に○印をつけています。
- ③主食(ごはん、パン、めん)は、卵・乳・小麦・そばを扱うところで製造しているため、微量の混入の可能性(コンタミネーション)があります。

2025年度

小学校

Aブロック 八戸市教育委員会 西地区給食センター Tel : 0178(32)7890

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ほたらき				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	木	○	ごはん ぎゅうにゅう かきたまじる こんさいりいわしフライ めかぶのあえもの けんさんこめこのかしわもち		○			ぎゅうにゅう とりにく たまご なんと いわし すけとうだら とりにく めかぶ ツナ	ごはん でんぷん パンこ なたねあぶら さとう かしわもち		ほししいたけ ねぎ しょうゆ はくさい ほうれんそう しょうゆ	701	「けんさんこめこのかしわもち」は、すこしずつよくかんでたべましょう。	
2	金	○	ちゅうかさそば ながさきちゃんぼん ぎゅうにゅう ポテトのオープンやき アスパラガスのごまあえ			○			ぶたにく いか ぎゅうにゅう	ちゅうかめん じゃがいも パンこ ごま さとう	キャベツ にんじん ほししいたけ ほうれんそう しなちく きくらげ トマト アスパラガス もやし にんじん	ちゃんぼんスープ ごまあえのもと しょうゆ	595	
7	水		くろコッペパン ぎゅうにゅう チンゲンサイとかぶのクリームに ミートオムレツ コーンサラダ		○	○		ぎゅうにゅう ベーコン しろいんげんまめ スキムミルク なまクリーム たまご とりにく	くろコッペパン じゃがいも ごま さとう	かぶ チンゲンサイ たまねぎ にんじん たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり コーン あかピーマン	コンソメ クリームポタージュ ベシメルソース	730		
8	木	○	ごはん ぎゅうにゅう じゃがいもとあぶらあげのみそしる あかうおしょうゆこうじづけ キムチいため		○			ぎゅうにゅう あぶらあげ わかめ みそ アラスカメヌケ ぶたにく なまあげ	ごはん じゃがいも サラダあぶら	たまねぎ もやし にんじん ねぎ キムチ	しょうゆこうじ しょうゆ	579	あかうおしょうゆこうじづけは、ほねにきをつけてたべましょう。	
9	金	○	ちゅうぼそうどん ちゃんこうどん ぎゅうにゅう やさいメンチカツ カルカルサラダ			○			ちゅうぼそうどん でんぷん パンこ なたねあぶら パンパンジードレッシング	だいこん にんじん えのきたけ ねぎ たまねぎ こまつな キャベツ きゅうり にんじん	しょうゆ	587		
12	月	○	ごはん ぎゅうにゅう とんじる さわらスタミナやき きりほしだいこんのもの		○			ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ みそ さわら さつまあげ	ごはん じゃがいも いたふ サラダあぶら さとう	ごぼう キャベツ にんじん こんにやく ねぎ きりほしだいこん にんじん ほししいたけ	しょうゆ	574	さわらスタミナやきは、ほねにきをつけてたべましょう。	
13	火	○	ごはん ぎゅうにゅう かぶのみそしる だしまきたまご わふうビビンバ		○			ぎゅうにゅう なまあげ わかめ みそ たまご ぶたにく だいちミート みそ	ごはん かぶ ぶなしめじ にんじん ねぎ さとう ごまあぶら	ごぼう もやし にんじん ほうれんそう たくあんづけ	ちゅうかさスープのもと しょうゆ	591		
14	水		おおむぎごはん ぎゅうにゅう ビーンズカレー さんしょくやさいのソテー ふくじんづけ		○	○		ぎゅうにゅう ぶたにく だいち ひよこまめ スキムミルク あかいんげんまめ あおえんどうまめ ベーコン	おおむぎごはん じゃがいも サラダあぶら サラダあぶら	たまねぎ にんじん ブロッコリー にんじん きピーマン だいこん なす れんこん	カレールー ホワイトルー	663		
15	木	○	ごはん ぎゅうにゅう はくさいとたまねぎのみそしる ほっけフライ もやしのうめあえ		○			ぎゅうにゅう とうふ みそ ほっけ とりにく	ごはん いたふ パンこ なたねあぶら	はくさい たまねぎ にんじん ねぎ もやし きゅうり うめ		619	ほっけフライは、ほねにきをつけてたべましょう。	
16	金	○	ちゅうかさそば(めん) ちゅうかさそば ぎゅうにゅう ぼうぎょうざ やさしいため			○			ちゅうかめん ぶたにく なんと ぎゅうにゅう ぶたにく だいちミート なまあげ	ちゅうかめん こむぎこ サラダあぶら	しなちく ねぎ キャベツ たまねぎ キャベツ もやし にんじん ピーマン あかピーマン	しょうゆ しおラーメンスープ	614	
19	月	○	ごはん ぎゅうにゅう ひつつみ こんさいりしのだに かぶときゅうりのすのもの		○			ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ とりにく	ごはん ひつつみ じゃがいも さとう	ごぼう にんじん ほししいたけ ねぎ にんじん たまねぎ かぶ きゅうり	しょうゆ	598	毎月19日は食育の日です。	



5月 分献立のお知らせ

(基本食)

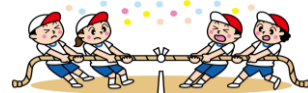
献立のお知らせは八戸市のホームページでもご覧いただけます。

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。

2025年度

小学校

Aブロック 八戸市教育委員会 西地区給食センター Tel : 0178(32)7890

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ほたらき				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	火	○	ごはん						ごはん			597	
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			だいこんなとうやどうふのみそしる			○		こうやどうふ わかめ みそ	いたふ	だいこな にんじん			
			さばみぞれに			○		さば		だいこん			
21	水		ほうれんそうのパリパリあえ			○		かつおぶし	さとう	ほうれんそう はくさい にんじん たくあんづけ	しょうゆ	696	
			コッペパン		○	○			コッペパン				
			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					
			ほうれんそうときのこのスープ	○		○		たまご	でんぷん	ほうれんそう ぶなしめじ にんじん	コンソメ しょうゆ		
22	木	○	やさいグラタン					おから	じゃがいも	コーン たまねぎ		590	こもちししゃもしおやき: ひとり2び
			とりにくとまめのイタリアふう			○		とりにく きんときまめ だいち	サラダあぶら	たまねぎ にんにく トマト	コンソメ		
			ごはん						ごはん				
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
23	金	○	こまつなとうふのみそしる					とうふ あぶらあげ みそ		こまつな キャベツ にんじん ねぎ		597	
			こもちししゃもしおやき					こもちししゃも					
			にくじゃが			○		ぶたにく	じゃがいも さとう	にんじん たまねぎ こんにやく さやいんげん	しょうゆ		
			ちゅうぼそうどん			○			ちゅうぼそうどん				
			さんさいうどん			○		とりにく かまぼこ あぶらあげ		わらび みず たけのこ うど にんじん ねぎ ほししいたけ なめこ	しょうゆ		
26	月	○	ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう				614	やさしいりにく だんご: ひとり2こ
			なめこだいこんのみそしる					とうふ みそ		なめこ だいこん ねぎ			
			やさしいりにくだんご			○		とりにく	パンこ	たまねぎ にんじん			
			だいちのごもくに			○		だいち こんぶ さつまあげ	さとう	にんじん ごぼう こんにやく	しょうゆ		
			ごはん						ごはん				
27	火	○	ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう				626	
			ワンタンスープ			○		とりだんご	ワンタン	にんじん はくさい もやし ほししいたけ ねぎ	ちゅうかスープのもと		
			マーボー豆腐			○		とうふ ぶたにく だいち だいちミート	サラダあぶら でんぷん	たまねぎ グリンピース	マーボー豆腐のもと しょうゆ ちゅうかスープのもと		
			こざかなとやさいのサワーあえ			○		いわし	さとう	だいこん きゅうり にんじん	しょうゆ めんつゆ		
28	水	○	ごはん						ごはん			583	
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			わかめとじゃがいものみそしる					わかめ あぶらあげ みそ	じゃがいも	たまねぎ にんじん			
			ほうれんそういりあつやきたまご	○				たまご		ほうれんそう			
29	木	○	もやしとちくわのいためもの	○		○		ちくわ	さとう サラダあぶら	もやし ビーマン	しょうゆ	598	
			ごはん						ごはん				
			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	さといも ごまあぶら	こんにやく ごぼう にんじん だいこん ねぎ	しょうゆ		
30	金	○	にしんみそに					にしん みそ				565	
			ひじきのいために			○		ひじき だいち ツナ さつまあげ	サラダあぶら さとう	にんじん	しょうゆ		
			きしめん(めん)			○			きしめん				
			きしめん			○		とりにく かまぼこ あぶらあげ		ほししいたけ にんじん ねぎ	しょうゆ		
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
さつまいものてんぷら			○			さつまいも こむぎこ でんぷん なたねあぶら							
キャベツのおかかあえ			○		かつおぶし	ごま	キャベツ もやし きゅうり 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。

月平均摂取量	616
八戸市摂取基準	650

◎5月分の青森県産品は、パン、めん、牛乳、ぶた肉、アスパラガス、梅、ごぼう、なめこ、切り干し大根、にんにく、大豆ミート、にしんみそ煮、野菜入り肉団子、県産米粉の柏もちです。

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。

いろいろな食べ物がみんなのげんきを支えます

