

5月 分献立のお知らせ

(基本食)

◎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。



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



2024年度

小学校

B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		
1	水	○	ちゅうかそば			○			ちゅうかめん			598	
			ながさきちゃんぽん		○	○		ぶたにく いか		キャベツ にんじん ほししいたけ しなちく きくらげ ほうれんそう	ちゃんぽんスープ		
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			ポテトのオープンやき	○	○	○			じゃがいも パンこ	トマト			
			アスパラガスのごまあえ			○			ごま さとう	アスパラガス もやし にんじん	ごまあえのもと しょうゆ		
2	木	○	ごはん					ごはん				692	
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			すましじる	○		○		はんぺん とりにく		ほししいたけ 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				
			めかぶのあえもの			○		めかぶ ツナ	さとう	はくさい ほうれんそう	しょうゆ		
7	火	○	ごはん					ごはん				615	やさしいりにく だんご : ひとり2こ
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			なめこと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			
			だいずのごもくに			○		だいず こんぶ さつまあげ	さとう	にんじん ごぼう こんにゃく	しょうゆ		
8	水	○	きしめん(めん)			○		きしめん				625	
			きしめん			○		とりにく かまぼこ 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					
			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				
			ごまごぼうサラダ	○		○		ちくわ	ごま マヨネーズ	ごぼう にんじん もやし きゅうり			
9	木	○	ごはん					ごはん				590	ほっけしおやきは、 ほねにきをつけてたべま しょう。
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			こんさいじる					だいず みそ	さといも	だいこん にんじん ごぼう こんにゃく			
			ほっけしおやき					ほっけ					
			キムチいため			○		ぶたにく なまあげ	サラダあぶら	もやし にんじん ねぎ キムチ	しょうゆ		
10	金		くろコッペパン		○	○		くろコッペパン				721	
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			チンゲンサイとかぶのクリームに		○	○		ベーコン しろいんげんまめ スキムミルク なまクリーム	じゃがいも	かぶ チンゲンサイ たまねぎ にんじん	コンソメ クリームポタージュ ベシャメルソース		
			ミートオムレツ	○	○	○		たまご とりにく		たまねぎ にんじん			
			やさしいサラダ						コーンクリーミードレッシング	キャベツ きゅうり ブロッコリー コーン			
13	月	○	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		だいこんな だいこん にんじん			
			さばみぞれに			○		さば		だいこん			
			もやしのうめあえ					とりにく		もやし きゅうり うめ			
14	火	○	ごはん					ごはん				605	
			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 ねぎ			
			いわしうめしょうゆに			○		いわし		うめ			
			ごもくきんぴら			○		ぶたにく	ごま さとう サラダあぶら ごまあぶら	ごぼう にんじん れんこん こんにゃく さやいんげん	しょうゆ		
15	水	○	ちゅうぼそうどん			○		ちゅうぼそうどん				556	
			ちゃんこうどん			○		とりにく なると	でんぷん	だいこん にんじん えのきたけ ねぎ	しょうゆ		
			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		
16	木	○	ごはん					ごはん				604	
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			ちゅうかあんかけどうふ			○		ぶたにく いか とうふ	でんぷん サラダあぶら	はくさい にんじん ねぎ たけのこ さやいんげん きくらげ しょうが	しょうゆ ちゅうかうまにのもと		
			ぼうぎょうざ			○		ぶたにく	こむぎこ	キャベツ たまねぎ			
			カルカルサラダ	○	○			チーズ いわし	パンパンジードレッシング	こまつな きゅうり あかピーマン	しょうゆ		
17	金		おおむぎごはん					おおむぎごはん				676	
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			ビーンズカレー		○	○		ひよこまめ スキムミルク あかいんげんまめ だいず あおえんどうまめ ぶたにく	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		
			ブロッコリーのソテー					ベーコン	サラダあぶら	ブロッコリー カリフラワー にんじん			
			ふくじんづけ			○				だいこん なす れんこん			

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。

アクセスはこちらから⇒



◎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

B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			616	
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			はくさいとたまねぎのみそしる					なまあげ みそ		はくさい たまねぎ ぶなしめじ ねぎ			
			あじフライ			○		あじ	パンこ こむぎこ なたねあぶら				
21	火	○	ひきこんぶのにつけ			○		ひきこんぶ さつまあげ だいず	さとう	にんじん	しょうゆ	591	
			ごはん					ごはん					
			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		
22	水	○	だしまきたまご		○			たまご				601	
			かぶときゅうりのすのもの						さとう	かぶ きゅうり			
			ちゅうかさそば			○			ちゅうかめん				
			しょうゆラーメン		○	○		ぶたにく なると わかめ うずらたまご		しなちく もやし ねぎ	しょうゆ ちゅうかスープのもと		
23	木	○	ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう				603	こもちししゃもしおやき : ひとり2び
			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			
			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		
24	金		コッペパン		○	○			コッペパン			710	
			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	でんぶん	ほうれんそう ぶなしめじ にんじん	コンソメ しょうゆ		
27	月	○	やさいグラタン					おから	じゃがいも	ほうれんそう たまねぎ		626	
			とりにくとまめのイタリアふう			○		とりにく きんときまめ だいず だいずミート	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					
28	火	○	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 しょうゆ	593	
			マーボーどうふ			○		とうふ ぶたにく だいず だいずミート	サラダあぶら でんぶん	たまねぎ グリンピース	マーボーどうふのもと 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		
			ごはん					ごはん					
29	水	○	みそけんちんじる		○			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 こんにやく		655	
			にしんてりに			○		にしん					
			ひじきのいために			○		ひじき だいず ツナ さつまあげ	サラダあぶら さとう	にんじん	しょうゆ		
			ちゅうぼそうどん			○		ちゅうぼそうどん					
30	木	○	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 なめこ ねぎ ほししいたけ	しょうゆ	592	
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			かぼちゃコロッケ			○			パンこ なたねあぶら	かぼちゃ			
			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		
31	金	○	ヨーグルト		○			ヨーグルト				652	
			ごはん					ごはん					
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			よしのじる			○		とりにく とうふ あぶらあげ	でんぶん	にんじん ごぼう ほししいたけ ねぎ	しょうゆ		
31	金	○	ほうれんそういりあつきたまご		○			たまご		ほうれんそう		652	
			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 ピーマン	しょうゆ		
			ごはん					ごはん					
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
31	金	○	じゃがいもとあぶらあげのみそしる					あぶらあげ みそ	じゃがいも	たまねぎ		652	
			やさいとわかめのとうにゅうよせ					とうにゅう わかめ		かぼちゃ にんじん			
			わふうビビンバ			○		ぶたにく だいずミート みそ	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	ちゅうかスープのもと しょうゆ		
			ごはん					ごはん					

※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、ごぼう、アスパラガス、なめこ、大豆ミート、にんにく、

にらまんじゅう、野菜入り肉団子、梅、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。

月平均摂取量	625
八戸市摂取基準	650