５月　給食献立表

令和６年度　人吉市学校給食センター

日	曜	主食	牛乳	おかず	おかず等に使用している食品（食物アレルギー項目を含む）	食物アレルギー除去食
1	水	麦ごはん （米・麦）	牛乳	肉じゃが	豚肉　じゃが芋　人参　玉ねぎ　しいたけ　グリンピース　たけのこ　生姜　油　砂糖　醤油　酒　みりん　しらたき	
				カムカムサラダ	ごぼう　酢　人参　きくらげ　きゅうり　マヨネーズ　醤油　ごま	
				お茶のふりかけ	ごま　茶葉　のり　塩　しそ　砂糖　青さ	
2	木	五目ごはん （米 ごぼう たけのこ 人参 しいたけ 醤油 こんにゃく 鶏肉 油揚げ 油 鰹節エキス チキンエキス 煮干しエキス カキエキス 昆布エキス 塩 みりん 砂糖）		豆腐汁	厚揚げ　人参　キャベツ　玉ねぎ　えのき　ねぎ　生姜　みそ　醤油　酒　いりこ(だし用)	
			牛乳	れんこんと春雨の炒め物	豚肉　にんにく　生姜　豆板醤　れんこん　人参　いんげん　玉ねぎ　春雨　ごま油　酒　醤油　砂糖　油	
7	火	食パン （小麦粉 乳 砂糖 ショートニング）	牛乳	チリコンカン	牛肉　豚肉　大豆　人参　玉ねぎ　じゃが芋　パセリ　にんにく　トマト　ソース　コンソメ　チリパウダー　油	
				小松菜のサラダ	小松菜　キャベツ　コーン　ツナ(マグロ)　人参　油　醤油　砂糖　酢　食塩　こしょう	
				いちごジャム	いちご　砂糖　水あめ	
8	水	発芽玄米入りごはん （米 発芽玄米）	牛乳	豆乳とん汁	豚肉　油揚げ　豆乳　里芋　人参　ごぼう　大根　こんにゃく　ねぎ　生姜　いりこ(だし用)　酒　みそ	
				焼き魚	さば　塩	
				ゆずと大根の漬物	ゆず　大根　塩　酢　砂糖	
9	木	ミルクパン （小麦粉 乳 砂糖 ショートニング マーガリン）	牛乳	人吉きくらげの和風パスタ	ベーコン　スパゲティ　ちりめん　玉ねぎ　キャベツ　人参　きくらげ　しめじ　にんにく　オリーブ油　醤油　みりん　コンソメ　食塩　こしょう	
				トマトのさっぱりサラダ	鶏肉　トマト　生姜　きゅうり　わかめ　砂糖　酢　醤油	
10	金	麦ごはん （米・麦）	牛乳	切り干し大根のうま煮	切り干し大根　鶏肉　じゃが芋　玉ねぎ　厚揚げ　人参　こんにゃく　しいたけ　いんげん　油　砂糖　みりん　醤油	
				春雨の酢の物	春雨　ちりめん　キャベツ　きゅうり　人参　わかめ　ごま　酢　砂糖　醤油	
				スティック納豆	大豆　醤油　砂糖　酢　食塩　梅肉　昆布エキス　魚介エキス	
13	月	梅ちりめんごはん （米 しらす ごま 梅 青じそ 昆布エキス）	牛乳	魚ソーメン汁	魚そうめん(イトヨリダイ　でん粉　砂糖　食塩　水飴　みりん　油)　玉ねぎ　人参　豆腐　えのき　ねぎ　わかめ　かつお節・こんぶ(だし用)　醤油　みりん	
				肉団子の酢豚風	ミートボール(鶏肉　豚肉　玉ねぎ　パン粉　でん粉　塩)　じゃが芋　油　人参　玉ねぎ　たけのこ　しめじ　青ピーマン　砂糖　醤油　ケチャップ　酢　でん粉　ごま油	
14	火	人参パン （小麦粉 乳 米粉 ショートニング 砂糖 マーガリン 人参）	牛乳	オニオンスープ	鶏肉　玉ねぎ　人参　じゃが芋　マカロニ　パセリ　チキンブイヨン　コンソメ　醤油　食塩　こしょう	
				魚の青のりパン粉焼き	ホキ　マヨネーズ　醤油　油　パン粉　青のり	
				コールスローサラダ	キャベツ　きゅうり　コーン　油　醤油　酢　食塩　砂糖	
15	水	麦ごはん （米・麦）	牛乳	チキンカレー	鶏肉　人参　玉ねぎ　じゃが芋　しめじ　ひよこ豆　にんにく　グリンピース　油　ケチャップ　ソース　カレールウ(小麦粉　ラード　砂糖　カレー粉　牛肉エキス　トマトペースト　チキンブイヨン　でん粉　さつまいもパウダー　白菜パウダー　キャベツパウダー)	乳 （フルーツヨーグルト）
				フルーツヨーグルト	黄桃　みかん　パイン　ヨーグルト　カクテルゼリー(リンゴ果汁　もも果汁　寒天　豆乳　砂糖)	
				福神漬け	大根　きゅうり　なす　れんこん　なたまめ　生姜　しその葉　ごま　砂糖　塩	
16	木	麦ごはん （米・麦）	牛乳	さつま汁	鶏肉　さつまいも　人参　大根　ごぼう　豆腐　しいたけ　ねぎ　こんにゃく　いりこ(だし用)　麦みそ	
				いわしの甘露煮	いわし　砂糖　醤油　でん粉　みりん　食塩	
				ピリ辛きゅうり	きゅうり　醤油　酢　砂糖　ごま　豆板醤　唐辛子	
17	金	ひじきごはん （米 ひじき 青菜 しらす 食塩 砂糖 昆布エキス 醤油 鰹節 でん粉）	牛乳	筑前煮	鶏肉 厚揚げ　れんこん　人参　こんにゃく　じゃが芋　たけのこ　ごぼう　しいたけ　いんげん　油　醤油　みりん　砂糖	
				たまねぎのごまマヨ和え	たまねぎ　きゅうり　人参　ちくわ　わかめ　ごま　マヨネーズ　酢　醤油	
20	月	ごはん （米）	牛乳	マーボー春雨	豚肉　大豆　春雨　たけのこ　玉ねぎ　人参　きくらげ　ねぎ　いんげん　油　ごま油　みりん　みそ　ごま　砂糖　醤油　酒　豆板醤　生姜　にんにく　食塩	
				青菜とちりめんの和え物	キャベツ　ほうれん草　人参　ちりめん　わかめ　ごま　醤油　砂糖　ごま油	
21	火	黒糖パン （小麦 乳 砂糖 ショートニング 黒糖）	牛乳	ミネストローネ	ベーコン　玉ねぎ　じゃが芋　大根　人参　トマト　パセリ　マカロニ　チキンスープ　醤油　コンソメ　食塩	鶏卵 （オムレツ）
				オムレツ	鶏卵　塩　油　ほうれん草　でん粉	
				ひじきと豆のサラダ	ひじき　砂糖　醤油　キャベツ　大豆　金時豆　インゲン豆　きゅうり　醤油　マヨネーズ	
22	水	麦ごはん （米・麦）	牛乳	厚揚げのそぼろ煮	厚揚げ　鶏肉　玉ねぎ　人参　こんにゃく　さつま揚げ　しめじ　いんげん　油　醤油　砂糖　みりん	
				ハリハリサラダ	切り干し大根　こんぶ　人参　きゅうり　枝豆　ちくわ　醤油　酢　砂糖　ごま	
23	木	コッペパン （小麦粉 乳 砂糖 ショートニング）	牛乳	キャベツのクリーム煮	キャベツ　鶏肉　じゃが芋　玉ねぎ　人参　しめじ　コーン　グリンピース　ポタージュエースコーン(小麦粉　脱脂粉乳　豚脂　ポークエキス　ホタテエキス　砂糖)　スキムミルク　粉チーズ　こしょう	乳 （キャベツのクリーム煮）
				ツナマヨサラダ	ツナ(マグロ)　キャベツ　きゅうり　人参　酢　醤油　マヨネーズ	
24	金	わかめごはん （米 麦 わかめ 塩）	牛乳	さぬきうどん汁	うどん　かまぼこ　人参　大根　しいたけ　油揚げ　わかめ　こんぶ・かつお節(だし用)　醤油　みりん　ねぎ	
				かき揚げ	玉ねぎ　油　人参　いんげん　でん粉　食塩　小麦粉	
				きゅうりの即席漬け	きゅうり　塩昆布	
27	月	ごはん （米）	牛乳	中華風かきたま汁	鶏肉　鶏卵　たけのこ　豆腐　人参　玉ねぎ　きくらげ　チンゲンサイ　チキンスープ　醤油　こしょう　でん粉　油	鶏卵 （中華風かきたま汁）
				ちくわのカレー揚げ	ちくわ　カレー粉　油　小麦粉	
				キャベツのドレッシング和え	キャベツ　人参　ドレッシング(醤油　昆布・かつお節(だし)　青じそ)	
28	火	パインパン （小麦粉 乾燥パイン ショートニング 砂糖 乳）	牛乳	ポークビーンズ	豚肉　赤ワイン　大豆　人参　玉ねぎ　じゃが芋　グリンピース　しめじ　にんにく　油　デミグラスソース(ケチャップ　トマト　ソース　砂糖　こしょう　塩)	
				野菜とこんにゃくのサラダ	こんにゃく　ツナ(マグロ)　キャベツ　人参　きゅうり　わかめ　酢　醤油　食塩	
29	水	麦ごはん （米・麦）	牛乳	わかめスープ	ちくわ　わかめ　玉ねぎ　人参　たけのこ　春雨　きくらげ　ねぎ　油　醤油　チキンスープ　ごま　ごま油	
				豚肉のプルコギ	豚肉　人参　ピーマン　玉ねぎ　生姜　にんにく　ねぎ　醤油　砂糖　ごま油　油　酒　みりん　豆板醤	
				レモンゼリー	砂糖　水飴　レモン果汁　寒天	
30	木	ごはん （米）	牛乳	旨煮	鶏肉　玉ねぎ　れんこん　人参　じゃが芋　さつま揚げ　厚揚げ　こんにゃく　しいたけ　いんげん　油　醤油　砂糖　みりん	
				野菜の中華和え	ちりめん　もやし　ほうれん草　キャベツ　人参　砂糖　酢　醤油　ごま油	
				一食のり佃煮	醤油　砂糖　のり　みりん　水飴　でん粉　鰹節　酵母エキス	
31	金	ゆかりごはん （米 麦 しそ 砂糖 酵母エキス リンゴエキス）	牛乳	豆腐と野菜の味噌汁	油揚げ　豆腐　かぼちゃ　じゃが芋　玉ねぎ　人参　ねぎ　いりこ(だし用)　麦みそ	
				きびなごフライ	きびなご　パン粉　小麦粉　玉ねぎ　食塩　油	
				いんげんのごま和え	さやいんげん　人参　ごま　砂糖　醤油	

５月の給食（がつきゅうしょく）のおしらせ

☆　今月のふるさとくまさんデーは「たまねぎ」です。

たまねぎのごまマヨ和え（あ）（１７日（にち））

5月に運動会・体育大会を予定している学校のみ「みかん果汁」を2回つけています。

おしらせ（食物アレルギー関係）

＊ハムとベーコン、ウインナーは卵不使用のものを使っています。
＊ﾏﾖﾈｰｽﾞは卵不使用のものを使っています。原料の油と大豆粉には大豆が使われています。
＊令和５年度から、鶏卵とうずらの卵を「卵」として対応しています。
＊献立表にはコンタミネーションに関する表示をしておりません。

＊給食の献立や食物アレルギーに関するお問い合わせは、人吉市学校給食センター 栄養教諭(TEL 23-5052)へお願いいたします。都合により献立を変更する場合があります。