

詳細献立表

南城市学校給食センター

948-7145

2026年 5月

日	曜日	こんだて	食 品 材 料 名	栄養価	
				小学校	中学校
1	金	牛乳 うどん(袋めん) ★麦 きつねうどん(だし) ★豆・麦・鶏・豚 野菜いため ★豆・麦 手作りごもくたまごやき ★卵・鶏・豆・麦	★うどん	E 536 Kcal	E 639 Kcal
			★油揚げ、★しょうゆ、料理酒、★とりにく、なると、にんじん、ながねぎ、花かつお、★ポークパイオン、シママース、本みりん	P 33.6 g	P 39.3 g
			★とうふ、にんじん、もやし、キャベツ、にら、★ツナ缶、だいたい油、★しょうゆ、シママース、こしょう	F 21.5 g	F 24.2 g
			★たまご、★とりにく、★大豆、にんじん、★あお豆、しいたけ、ひじき、だいたい油、★しょうゆ、本みりん、シママース、花かつお、さとう		
7	木	牛乳 ごはん さつまじる ★鶏・豆 肉だんご野菜のあまずいため ★豆・豚・鶏・麦・ご ミニたいやき ★豆・麦	こめ	E 646 Kcal	E 746 Kcal
			★とりにく、にんじん、だいこん、さつまいも、ながねぎ、ごぼう、花かつお、★赤みそ、★白みそ	P 23.3 g	P 26.5 g
			★ミートボール、にんじん、たまねぎ、れんこん、なす、ピーマン、だいたい油、★ポークパイオン、★酢、さとう、★しょうゆ、でん粉、★いりごま、★ごま油	F 13.5 g	F 14.6 g
			★ミニたい焼き		
8	金	牛乳 しそごはん もずくのみそしる ★豆・さ パパイヤイリチー ★豚・豆・麦 オレンジ ★オ	こめ、ゆかり	E 558 Kcal	E 658 Kcal
			もずく、★とうふ、えのきたけ、にんじん、ながねぎ、★煮干しだし、花かつお、★麦みそ、★白みそ	P 21.7 g	P 25.1 g
			パパイヤ、★無塩せきベーコン、★ツナ缶、にんじん、キャベツ、にら、チキアゲ、だいたい油、にんにく、★しょうゆ、シママース	F 15.3 g	F 16.9 g
			★オレンジ		
11	月	牛乳 ごはん はるさめスープ ★鶏・麦・豆 チンジャオロース ★豚・麦・豆・ご しゅうまい ★麦・豚	こめ	E 587 Kcal	E 687 Kcal
			★とりにく、はるさめ、にんじん、はくさい、しいたけ、コーン、★チキンパイオン、花かつお、シママース、★しょうゆ、こしょう	P 27.2 g	P 31.2 g
			★ぶたにく、★しょうゆ、本みりん、料理酒、ピーマン、赤ピーマン、にんじん、たけのこ、さとう、オイスターソース、★とうぼんじやん、でん粉、にんにく、シママース、★ごま油、だいたい油	F 15.5 g	F 16.5 g
			★しゅうまい		
12	火	牛乳 たけのごはん ★鶏・豆・麦 魚の大根おろしかけ ★さ・麦・豆 ヨーグルト ★乳	こめ、カルシウム米、★とりにく、にんじん、たけのこ、ちくわ、★油揚げ、しいたけ、★あお豆、しょうが、★しょうゆ、シママース、花かつお、本みりん、だいたい油	E 681 Kcal	E 785 Kcal
			★さば、だいこん、ねぎ、★しょうゆ、さとう、本みりん、でん粉、花かつお	P 30.7 g	P 35.5 g
			★ヨーグルト	F 25.4 g	F 29.3 g
13	水	牛乳 コッペパン ★麦・乳・豆 揚げパン(佐敷・知念地区) ★麦・乳・豆・ア アルファベットスープ ★鶏・麦・豆・牛 チリコンカン ★豆・豚・り 黒豆きなこクリーム(その他の地区) ★ご・乳・豆	★コッペパン	E 673 Kcal	E 762 Kcal
			★コッペパン、だいたい油(揚げ1回目)、★きな粉、★粉末アーモンド、さとう、粉末黒糖	P 25.4 g	P 28.9 g
			★とりにく、にんじん、だいこん、キャベツ、★ABCマカロニ、★チキンパイオン、★コンソメ粉末、シママース、こしょう	F 27.0 g	F 29.5 g
			ミックスピーズ、★だいたい、★ぶたにく、★ぶたレバー、たまねぎ、にんじん、ピーマン、コーン、トマト缶、ケチャップ、にんにく、★ウスターソース、★チャツネ、★チキンパイオン、米粉のハヤシルウ、さとう、だいたい油		
14	木	牛乳 ごはん さかなじる ★豆 ふーいりちー ★麦・卵・豆 オレンジ ★オ	こめ	E 600 Kcal	E 706 Kcal
			赤魚、★とうふ、だいこん、にんじん、ながねぎ、しょうが、花かつお、★赤みそ	P 27.8 g	P 32.3 g
			★切麩、★たまご、シママース、だいたい油、★ツナ缶、にんじん、キャベツ、にら、★しょうゆ、こしょう	F 17.5 g	F 19.5 g
			★オレンジ		
15	金	牛乳 ごはん ななみ汁 ★豚・鶏・麦・豆 千切りイリチー ★豚・麦・豆・鶏 手作りごまがし ★ご・ア・ゼ・豆	こめ	E 616 Kcal	E 734 Kcal
			★ぶたにく、★ななみ、こんにやく、しいたけ、★ポークパイオン、花かつお、しょうが、★しょうゆ、シママース	P 27.2 g	P 31.5 g
			★ぶたにく、だいこん、こんぶ、にんじん、こんにやく、かまぼこ、さとう、本みりん、★しょうゆ、シママース、★ポークパイオン、だいたい油	F 20.1 g	F 22.6 g
			★黒いりごま、★白いりごま、★アーモンド、コーンフレーク、★マシュマロ、レーズン、★乳不使用マーガリン		
18	月	牛乳 ごはん あさりわかめスープ ★豆・麦 ピピンパドン ★豚・豆・麦・ご	こめ	E 582 Kcal	E 689 Kcal
			あさり、ちくわ、★とうふ、わかめ、だいこん、えのきたけ、ねぎ、花かつお、★しょうゆ、シママース	P 33.3 g	P 39 g
			★ぶたにく、★大豆、★しょうゆ、本みりん、さとう、料理酒、★赤みそ、★とうぼんじやん、しょうが、にんにく、だいたい油、にんじん、こまつな、もやし、★ごま油、★いりごま	F 13.5 g	F 14.7 g
19	火	牛乳 ごはん すましじる ★鶏・豆・麦 ポテトきんぴら ★豚・麦・豆・ご とうにゅうプリン ★豆	こめ	E 618 Kcal	E 715 Kcal
			★とりにく、★とうふ、だいこん、えのきたけ、わかめ、こまつな、花かつお、★しょうゆ、シママース	P 21.9 g	P 25 g
			★無塩せきベーコン、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、こんにやく、いんげん、★しょうゆ、シママース、本みりん、さとう、★いりごま、★七味唐辛子、だいたい油、★ごま油	F 19.7 g	F 21.4 g
			★とろけるプリン(豆乳)		
20	水	牛乳 パジルスバゲティ ★麦・鶏・豚・乳 メンチカツ ★豆・豚・鶏 こめこのブルーベリータルト ★豆	★スバゲティ、シママース、★とりにく、★無塩せきベーコン、にんじん、たまねぎ、しめじ、マッシュルーム、オリーブ油、こしょう、にんにく、★チキンパイオン、★ジェノバペースト、パジル	E 717 Kcal	E 866 Kcal
			★メンチカツ、だいたい油(揚げ2回目)	P 24.4 g	P 29.5 g
			★お米deブルーベリータルト	F 38.4 g	F 47.4 g
21	木	牛乳 ごはん あおな入りゆし豆腐 ★豆・麦 魚のてりやき ★麦・豆 大豆と野菜のサラダ ★豆・乳・麦	こめ	E 606 Kcal	E 708 Kcal
			★ゆし豆腐、こまつな、花かつお、★しょうゆ、シママース	P 28.7 g	P 31.9 g
			シルバー、シママース、こしょう、にんにく、★しょうゆ、本みりん、さとう、料理酒	F 21.4 g	F 23.5 g
			★だいたい、にんじん、きゅうり、コーン、★チーズ、★ノンエッグマヨネーズ、★酢、こしょう		
22	金	牛乳 ごはん ぶた肉とこんにやくいため ★豚・豆・麦 かみかみごぼう入りハンバーグ ★麦・豆・ご・鶏 豆乳だいたいふく ★豆	こめ	E 633 Kcal	E 759 Kcal
			★ぶたにく、★とうふ、こんにやく、にんじん、たまねぎ、はくさい、こまつな、ながねぎ、にんにく、さとう、★しょうゆ、本みりん、シママース、だいたい油	P 25.1 g	P 30.2 g
			★鶏肉のかみかみごぼう入りハンバーグ	F 18.7 g	F 21 g
			★豆乳だいたいふく(コンタミ:くるみ・乳・ごま)		
25	月	牛乳 ごはん キャベツとコーンのスープ ★鶏 ドライカレー ★豚・豆・り	こめ	E 572 Kcal	E 676 Kcal
			★とりにく、にんじん、たまねぎ、キャベツ、じゃがいも、コーン、★チキンパイオン、シママース、こしょう	P 25.4 g	P 29.4 g
			★ぶたにく、★ぶたレバー、★だいたい、レンズ豆、たまねぎ、にんじん、ピーマン、黄ピーマン、マッシュルーム、ブルンビュレ、トマトビュレ、トマトケチャップ、★ウスターソース、シママース、カレー粉、にんにく、赤ワイン、★チャツネ、だいたい油	F 14.3 g	F 15.7 g
26	火	牛乳 ごはん あつあけのちゅうかに ★豚・豆・麦・ご フルーツあんぱん ★も	こめ	E 564 Kcal	E 671 Kcal
			★ぶたにく、★厚揚げ、たまねぎ、にんじん、へちま、とうがん、赤ピーマン、しめじ、きくらげ、たけのこ、こまつな、にんにく、★しょうゆ、本みりん、★赤みそ、★テンメンジャン、シママース、でん粉、★ごま油、だいたい油	P 20 g	P 22.6 g
			パイン缶、★もも缶、★フルーツカクテル、三食ゼリー(杏仁風味)、シークワーサー果汁	F 14 g	F 15.4 g
27	水	牛乳 コッペパン ピーズチャウダー ★鶏・豚・豆 チキンのパジルやき ★鶏・乳 手作りべにいもジャム ★豆・り	コッペパン	E 773 Kcal	E 726 Kcal
			★とりにく、★無塩せきベーコン、★だいたい、レッドキドニー、にんにく、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、ブロッコリー、マッシュルーム、白いんげんペースト、カレー粉、白ワイン、米粉、★乳不使用マーガリン、米粉のカレールー、★チキンパイオン、シママース、パセリ、だいたい油	P 33.7 g	P 33.4 g
			★とりにく、シママース、こしょう、★ジェノバペースト、パジル	F 24.7 g	F 25.9 g
			★紅いもペースト、さとう、乳不使用マーガリン、★りんごビュレ、レモン果汁		
28	木	牛乳 ごはん クーリッジ ★豚・卵・鶏・麦・豆 ひじきの肉みそいため ★豚・豆・麦 手作りアガラサー ★麦・豆	こめ	E 627 Kcal	E 745 Kcal
			★ぶたにく、★たまご、かまぼこ、こんにやく、しいたけ、とうがん、にんじん、花かつお、★ポークパイオン、★しょうゆ、シママース	P 27 g	P 31.4 g
			★ぶたにく、★だいたい、ひじき、たまねぎ、にんじん、にら、★白みそ、さとう、★しょうゆ、本みりん、でん粉、だいたい油、ウージパウダー	F 14.8 g	F 16.2 g
			★強力粉、★豆乳、ペーキングパウダー、粉末黒糖、食用重曹、ウージパウダー		
29	金	牛乳 ごはん じゃがいものみそしる ★豆 アジフライ ★麦 鉄カルサラダ ★豆・ご	こめ	E 635 Kcal	E 736 Kcal
			じゃがいも、たまねぎ、にんじん、こまつな、★油揚げ、えのきたけ、花かつお、★赤みそ、★白みそ	P 25.1 g	P 27.8 g
			★あじフライ、だいたい油(揚げ3回目)	F 20.8 g	F 22.4 g
			ひじき、にんじん、コーン、ブロッコリー、★だいたい、しらす、★すりごま、★ごまドレッシング		

食物アレルギー表示対象品目については、★印で表示しています。

義務	特定原材料(8品目)	えび(え) かに(か) くるみ(く) 小麦(麦) そば(そ) 卵 乳 落花生・ピーナッツ(ピ) カシューナッツ(カ)
推奨	特定原材料に準ずるもの(20品目)	アーモンド(ア) あわび(あ) いか(い) いくら(い) オレンジ(オ) ビスタチオ(ビス) キウイフルーツ(キ) 牛肉(牛) ごま(ご) さけ(鮭) さば(さ) 大豆(豆) 鶏肉(鶏) パナナ(パ) 豚肉(豚) マカダミアナッツ(マ) もも(も) やまいも(や) りんご(り) ゼラチン(ゼ)

- ・のり、カエリ、きびごこ、かたくちいわし、しらす、ひじきは、えび・かにが混ざる漁法で捕獲され、アサリなどの二枚貝はかにが共生しています。
- ・アーサー、もずくの養殖場には、ヨコエビ類が生息しています。(ヨコエビは食物アレルギーの表示対象外です。)
- ・練り物、煮干しだしの原材料は、えび・かにを食べています。
- ・揚げ物に使用する大豆油は3~4回程度使用します。
- ・大量調理を行うため、調理場においては微量のアレルゲンの混入(コンタミネーション)を完全に避けることはできません。
- ・練り製品(ちくわ、ボール天、魚そうめん等)は、スケソウダラ、イトヨリダイを使用しています。

詳しい情報が必要な方、不明な点がある場合は給食センターまでお問い合わせください



食物アレルギーのある児童生徒は、給食を食べる前に必ず確認してください。家庭・学級においても確認をお願いします。