

D コース	E コース	献立名 主食およびおかず	食 材 料				アレルギー表示		栄養価		
			血や肉になるもの (赤)	カや熱になるもの (黄)	からだの調子をとのえるもの (緑)	調味料・その他	★義務 9品目	☆推奨 20品目	エネルギー (Kcal) たんぱく質 (g)	脂質 (g) 食塩相当量 (g)	
全給食日		牛乳	牛乳					乳	—		
7 木	7 木	白ご飯		米				—	—		
		肉じゃが	豚肉 油揚げ	じゃがいも 三温糖	たまねぎ にんじん 糸こんにゃく さやいんげん	濃口 みりん 酒	小麦	豚肉 大豆	782	23.1	
		ツナと切干大根の サラダ	まぐろ水煮 まぐろ	卵不使用マヨネーズ 三温糖	切干大根 きゅうり にんじん	酢 淡口 野菜エキス 塩	小麦	大豆	25.8	1.7	
7 木	8 金	ミルクパン	脱脂粉乳 牛乳	ミルクパン 小麦粉 砂糖 ショートニング		塩 イースト	小麦 乳	—			
		炒めビーフン	豚肉	ビーフン 米油	たまねぎ にんじん キャベツ ピーマン きくらげ	中華だし 塩 こしょう ウスター 濃口	小麦	豚肉 大豆	784	24.5	
		わかめスープ	とり肉 厚揚げ わかめ		たまねぎ にんじん しめじ ねぎ	チキンスープ 野菜ブイヨン 淡口 塩 こしょう	小麦	鶏肉 大豆	33.0	3.7	
8 金		白ご飯		米				—	—		
		豆腐の中華煮	豆腐 豚肉	でん粉 三温糖	たまねぎ にんじん キャベツ たけのこ 干ししいたけ 青豆	淡口 塩 こしょう 中華だし オイスター	小麦	大豆 豚肉	770	20.0	
		パンサンスー	色つきかまぼこ たら ほき	緑豆春雨 米油 三温糖 ごま油 いりごま	緑豆もやし きゅうり にんじん	酢 淡口	小麦	大豆 ごま	29.3	2.7	
11 月	12 火	コッペパン	脱脂粉乳	コッペパン 小麦粉 砂糖 ショートニング		塩 イースト	小麦 乳	—			
		コーンチャウダー	とり肉 ナチュラルチーズ 牛乳 生クリーム 大豆 生乳	じゃがいも	スイートコーン クリームコーン たまねぎ にんじん しめじ パセリ	チキンスープ クリームポタージュ 塩 こしょう	小麦 乳	鶏肉 大豆	785	24.1	
		ごぼうのサラダ		三温糖 ごま油 いりごま	ごぼう にんじん きゅうり	淡口 酢	小麦	大豆 ごま	30.6	3.2	
		国産りんごゼリー		国産りんごゼリー でん粉 砂糖 水あめ	りんご		—	りんご			
12 火	13 水	たけのご飯	油揚げ とり肉	米 砂糖 植物油脂	たけのこ	しょうゆ 塩 かつおだし 昆布だし ポークエキス	小麦	鶏肉 豚肉 大豆	768	21.1	
		新じゃがいもの そぼろ煮	豚肉 厚揚げ	じゃがいも 三温糖	にんじん たまねぎ 糸こんにゃく 青豆	みりん 濃口 淡口	小麦	豚肉 大豆	29.5	4.7	
		キャベツとちくわの 和え物	ちくわ 大豆粉 魚肉	三温糖 でん粉 大豆油 砂糖	キャベツ 緑豆もやし にんじん	淡口 みりん 塩	小麦	大豆			
13 水	14 木	白ご飯		米				—	—		
		かつおカツ	かつおカツ かつお	米油 パン粉 砂糖 大豆油 小麦粉 でん粉	たまねぎ	ウスター しょうが しょうゆ 塩 かつおだし	小麦	大豆	789	20.8	
		切干大根の炒め煮 <small>郷土料理 宮崎県</small>	さつまあげ 大豆 魚肉	米油 三温糖 でん粉 砂糖 大豆油	切干大根 にんじん さやいんげん たまねぎ	濃口 みりん 塩	小麦	大豆	26.2	3.4	
		かきたま汁	豆腐 卵	じゃがいも でん粉	にんじん えのきたけ たまねぎ ねぎ	かつおだし 淡口 酒 塩	卵 小麦	大豆			
14 木	15 金	チーズパン	脱脂粉乳 ナチュラルチーズ	チーズパン 小麦粉 砂糖 ショートニング		塩 イースト	小麦 乳	—			
		ミートボールと 豆のトマト煮	大豆 ミートボール 豚肉 とり肉 大豆	じゃがいも 三温糖 パン粉 でん粉 大豆油 なたね油 豚脂	たまねぎ グリンピース トマト たまねぎ ブルーン	デミグラス チキンスープ 塩 こしょう ウスター ケチャップ 赤ワイン 塩 香辛料 かつおだし しょうが	小麦	鶏肉 豚肉 大豆	853	28.6	
		野菜ソテー	おさかなソーセージ 大豆 魚肉 スクランブル大豆 豆乳	米油 卵不使用マヨネーズ 小麦 でん粉 砂糖 植物油脂 でん粉 大豆油 なたね油	キャベツ にんじん 緑豆もやし	塩 こしょう ウスター 塩 酢 かつおだし トマトリコピン色素 たまねぎエキス 香辛料 クチナン色素 塩 野菜エキス カロチノイド色素 クチナン色素	小麦	大豆	33.0	4.2	
15 金	11 月	白ご飯		米				—	—		
		厚揚げの甘辛炒め	厚揚げ 豚肉 赤みそ	米油 三温糖	にんじん たまねぎ たけのこ さやいんげん	にんにく しょうが 酒 みりん 濃口 豆板醤	小麦	大豆 豚肉	780	21.5	
		さつま汁	とり肉 豆腐 油揚げ みそ	さつまいも	にんじん ごぼう こんにゃく ねぎ	しょうが	—	鶏肉 大豆	28.8	2.1	

※ 使用予定物資の生産状況等により、献立内容が変更になる場合があります。  
 ※ 栄養価は八訂成分表で計算しています。  
 ※ 食物アレルギーの表示について：都城学校給食センターの献立表は、アレルギー表示義務9品目（★印）、アレルギー表示推奨20品目（☆印）のみの表示です。  
 各献立、使用食材等で御不明な点がございましたら、学校給食センターまでお問い合わせください。（0986-23-2617）

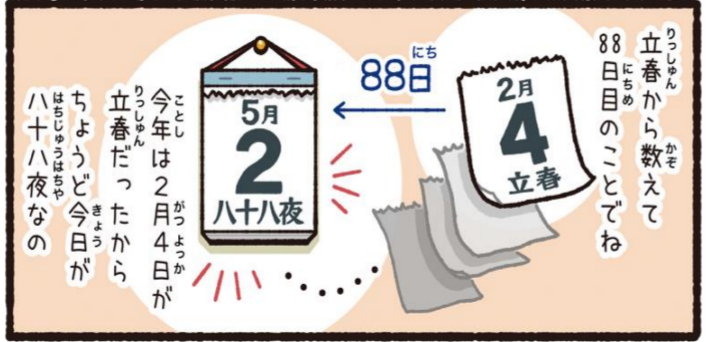
～ お知らせ ～  
 ☆ 11日(月)～15日(金)の  
 かつおカツは骨が残って  
 いる場合があります。気を  
 付けて食べてください。

※ Dコース、Eコースの自校のコースを見て、当日の日付をたどりながら献立を見ていきます。学校名は次のとおりです。  
 Dコース…西岳中、五十市中、沖水中、妻ヶ丘中、姫城中  
 Eコース…庄内中、中郷中、小松原中、祝吉中、西中



はちじゅうはちや  
**八十八夜**

ことし はちじゅうはちや がつ ふつか  
 今年の八十八夜は5月2日です。  
 しんちゃ あじ  
 新茶を味わいましょう。



D コース	E コース	献立名 主食およびおかず	食 材 料				アレルギー表示		栄養価		
			血や肉になるもの (赤)	カや熱になるもの (黄)	からだの調子をととのえるもの (緑)	調味料・その他	★義務 9品目	☆推奨 20品目	エネルギー (Kcal) たんぱく質 (g)	脂質 (g) 食塩相当量 (g)	
全給食日		牛乳	牛乳					乳	—		
18 月 火	19	コッペパン	脱脂粉乳	小麦粉 砂糖 ショートニング		塩 イースト	小麦乳	—			
		とり肉のエスニカン	とり肉 白いんげん豆 牛乳 生クリーム 大豆 生乳	米油 じゃがいも 植物油脂	たまねぎ にんじん パセリ	カレー粉 クリームボタージュ 塩 こしょう	小麦乳	鶏肉 大豆	773 32.3	26.1 3.4	
		アスパラガスのサラダ	まぐろ水煮 まぐろ		キャベツ にんじん アスパラガス	和風ドレッシング 野菜エキス 塩	小麦	りんご 豚肉 大豆			
19 火 水	20	白ご飯		米			—	—			
		中華丼	豚肉 厚揚げ	でん粉	たまねぎ にんじん たけのこ キャベツ ヤングコーン きくらげ あおまめ	しょうが 豚清湯 中華だし 塩 こしょう 淡口	小麦	豚肉 大豆			
		フルーツ杏仁		シャインマスカットゼリー 砂糖 ぶどうゼリー 砂糖 杏仁デザート 豆乳	もも パインアップル マスカット ぶどう	クチナシ色素 クチナシ色素 紅麴色素	—	もも 大豆	764 23.9	16.2 1.5	
20 水 木	21	白ご飯		米			—	—			
		タコさんの たこ焼き	かつおぶし 青のり粉 たこ	たこ焼き 米油 三温糖 砂糖 大豆油 なたね油 小麦粉 揚げ玉	キャベツ しょうが酢漬 ねぎ	ウスター ケチャップ 塩 かつおだし	小麦	大豆	748 25.3	21.4 2.8	
		刻み昆布と豚肉の 炒め物	豚肉 昆布 大豆	米油 三温糖	にんじん 干しいたけ	みりん 酒 濃口	小麦	豚肉 大豆			
		春野菜のみそ汁	油揚げ 豆腐 みそ		たまねぎ にんじん キャベツ ねぎ	煮干しだし	—	大豆			
21 木 金	22	黒糖パン	脱脂粉乳	黒糖パン 小麦粉 黒砂糖 砂糖 ショートニング		塩 イースト	小麦乳	—			
		春キャベツのスープ煮	ウインナー 豚肉 豚肉	じゃがいも でん粉 砂糖 豚脂	たまねぎ にんじん しめじ キャベツ	豚清湯 こしょう 淡口 塩 しょうが粉 こしょう	小麦	豚肉 大豆	802 27.9	28.6 2.6	
		マカロニサラダ		マカロニ 米油 卵不使用マヨネーズ	きゅうり にんじん スイートコーン	塩 こしょう 酢 淡口	小麦	大豆			
22 金 月	18	白ご飯		米			—	—			
		魚の香りしめ	たら(粉付) たら	米油 三温糖 ごま油 いりごま 米粉 とうもろこし粉 でん粉	ねぎ	淡口 酢 レモン汁	小麦	大豆 ごま	774 28.2	22.8 2.8	
		若竹汁	かまぼこ 豆腐 油揚げ わかめ たら	でん粉 砂糖	たけのこ にんじん えのきたけ みつば	かつおだし 昆布だし 酒 淡口 塩 塩 コチニール色素	小麦	大豆			
25 月 火	26	黒糖パン	脱脂粉乳	黒糖パン 小麦粉 黒砂糖 砂糖 ショートニング		塩 イースト	小麦乳	—			
		とり肉と さつまいもの揚げ煮	とり肉	でん粉 さつまいも 米油 三温糖	グリーンピース にんじん スイートコーン	酒 塩 濃口 みりん	小麦	鶏肉 大豆	804 29.9	21.9 3.0	
		五目スープ	ベーコン 豚肉	砂糖	たまねぎ にんじん 緑豆もやし しめじ こまつな	野菜ブイヨン 酒 淡口 塩 こしょう 塩 こしょう たまねぎ粉 にんにく	小麦	豚肉 大豆			
26 火 水	27	白ご飯		米			—	—			
		チキンカレー	とり肉 ひよこ豆	じゃがいも	たまねぎ にんじん	にんにく チキンスープ デミグラス カレーN Fカレー 米粉のカレー ウスター	小麦	鶏肉 大豆	758 26.8	17.4 2.8	
		イタリアンサラダ	ロースハム 豚肉	三温糖 水あめ 砂糖	キャベツ にんじん きゅうり	酢 淡口 イタリアンドレッシング 塩 香辛料	小麦	豚肉 大豆			
27 水 木	28	白ご飯		米			—	—			
		チンジャオロースー	牛肉 高野豆腐	米油 三温糖	たけのこ にんじん ピーマン	しょうが 酒 にんにく オイスター みりん 濃口	小麦	牛肉 大豆	785 28.5	23.0 2.6	
		肉団子のスープ	中華つくね とり肉 大豆	緑豆春雨 いりごま パン粉 とうもろこし粉 砂糖 ごま油 豚脂	にんじん たまねぎ 干しいたけ ほうれんそう たまねぎ たら	チキンスープ 塩 こしょう 中華だし 淡口 しょうゆ 塩 カキ こしょう にんにく	小麦	鶏肉 豚肉 大豆 ごま			
28 木 金	29	減量ミルクパン	脱脂粉乳 牛乳	ミルクパン 小麦粉 砂糖 ショートニング		塩 イースト	小麦乳	—			
		ズッキーニのスパゲティ	ベーコン 豚肉	スパゲティ パター 砂糖	たまねぎ にんじん しめじ エリンギ ズッキーニ ピーマン	淡口 塩 こしょう 塩 こしょう たまねぎ粉 にんにく	小麦乳	豚肉 大豆	782 31.5	22.1 4.1	
		日向夏ドレッシングの サラダ	まぐろ水煮 まぐろ	三温糖	にんじん きゅうり キャベツ スイートコーン	日向夏ドレッシング 淡口 酢 野菜エキス 塩	小麦	大豆			
29 金 月	25	白ご飯		米			—	—			
		いわししょうが煮	いわししょうが煮 いわし	でん粉 砂糖		みりん しょうゆ 塩 しょうが	小麦	大豆	778 28.5	25.6 2.5	
		ゆかり和え	豚肉 油揚げ 豆腐 みそ	じゃがいも	きゅうり キャベツ にんじん こんにゃく にんじん ごぼう ねぎ	ゆかり 淡口 レモン汁 しょうが	小麦	大豆 豚肉			

今月の調味料

- 淡口(しょうゆ) 小麦 大豆 塩
- 濃口(しょうゆ) 大豆 小麦 塩
- みそ 米 大麦 大豆 塩
- 赤みそ 大豆 大麦 塩
- 酒 米 米麴 砂糖 塩 水あめ
- みりん もち米 米麴 砂糖
- 赤ワイン 赤ワイン 塩 砂糖 バリー色素
- ゆかり 赤しそ 砂糖 塩
- 中華だし(の素) 塩 でん粉 砂糖 にんにく粉 白菜粉 しょうが粉 植物油脂 香辛料
- チキンスープ 鶏肉
- 豚清湯(ガラスープ) 豚肉 大豆
- 野菜ブイヨン 塩 砂糖 トマト粉 たまねぎ粉 にんにく粉 米油 香辛料
- レモン汁 レモン
- デミグラス(ソース) 小麦粉 ラード トマト たまねぎ 鶏肉 にんじん 砂糖 でん粉 塩 黒こしょう
- ウスター(ソース) 砂糖 酢 塩 たまねぎ 香辛料 トマト カaramel色素
- オイスター(ソース) カキ 砂糖 酢 塩 でん粉 カaramel色素
- (トマト)ケチャップ トマト 砂糖 酢 塩 たまねぎ 香辛料
- 卵不使用マヨネーズ 植物油脂 水あめ 砂糖 塩 酢 でん粉 大豆 香辛料
- 日向夏ドレッシング なたね油 大豆油 日向夏みかん果汁 酢 しょうゆ からし
- クリームボタージュ 小麦粉 乳 塩 脱脂粉乳 たまねぎ 香辛料 鶏肉
- おいしい和風ドレッシング 大豆油 なたね油 酢 砂糖 しょうゆ たまねぎ 塩 マスタード りんご 豚肉 白こしょう にんにく
- 豆板醤 唐辛子 そら豆 塩 酒
- カレー(フレイク)N でん粉 パーム油 なたね油 砂糖 塩 カレー粉 さつまいも粉 トマト粉 たまねぎ粉 カaramel色素 香辛料
- イタリアンドレッシング なたね油 酢 砂糖 塩 酒 たまねぎ 米油 香辛料 でん粉 トマト
- Fカレー(フレイク) 小麦粉 砂糖 ラード 塩 パーム油 カレー粉 たまねぎ にんにく トマト 大豆 香辛料 カaramel色素
- 米粉のカレー(ルウ) 米粉 ラード 砂糖 カレー粉 塩 たまねぎ粉 トマト にんにく粉 カaramel色素 パーム油