

5月 中学校給食予定献立表

Main table containing 14 columns of menu items, ingredients, and nutritional information for each day from May 1st to May 19th. Each day's menu is organized into a grid with columns for item name, quantity, allergen group, and allergen type.

日	材料名	分量	6群	アレルギー	日	材料名	分量	6群	アレルギー	日	材料名	分量	6群	アレルギー	日	材料名	分量	6群	アレルギー
22日 (月) 全年給食なし	ごはん				23日 (火) 全年給食なし	ごはん				24日 (水)	米粉パン				25日 (木)	ひじきご飯			
	●精白米	100g	5			●精白米	100g	5			●精白米	100g	5			●精白米	90g	5	
	牛乳					牛乳					牛乳					牛乳			
	牛乳	1本	2	乳		牛乳	1本	2	乳		牛乳	1本	2	乳		牛乳	1本	2	乳
	鶏のから揚げ					鶏の塩こうじ焼き					たこのメンチカツ					生ひじき	12g	2	
	鶏のから揚げ	2こ	1	麦 豆 鶏		アジ切り身	1切	1			たこのメンチカツ	1こ	1	麦		ささみほぐし	10g	1	鶏
	こめ油(揚げ用)	8g	6			塩こうじ	5g	5			こめ油(揚げ用)	5g	6			平天	6g	1	
	豆腐の中華風煮込み					清酒	2g	2			米粉と豆乳のポタージュ					にんじん	5g	3	
	豆腐	55g	1	豆		本みりん	2g	2			鶏肉	20g	1	鶏		むき枝豆	5g	4	豆
	蒸しひきわり大豆	10g	1	豆		筑前煮					じゃがいも	30g	5			こいくちしょうゆ	3.5g	5	麦 豆
	豚ひき肉	15g	1	豚		鶏肉	30g	1	鶏		にんじん	15g	3			砂糖	2.5g	5	
	たまねぎ	30g	4			厚揚げ	20g	1	豆		ホールコーン	10g	4			本みりん	0.6g	2	鯖
	チンゲンサイ	30g	3			さといも	15g	5			クリームコーン	30g	4			牛乳	1本	2	乳
	にんじん	15g	3			●板こんにやく	20g	5			パセリ	1g	3			とびうおの磯辺揚げ			
ぶなしめじ	8g	4		れんこん	20g	4		コンソメ	2g	6		とびうおの磯辺揚げ	1こ	1	麦 豆				
えのきたけ	8g	4		ごぼう	20g	4		塩	0.1g	6		こめ油(揚げ用)	5g	6					
●青ねぎ	6g	3		たけのこ	20g	4		こしょう	0.03g	6		豚じゃが							
土しょうが	1.2g	4		にんじん	15g	3		●米粉	5g	5		●豚肉	40g	1	豚				
オイスターソース	1.8g	5	麦 豆	さやいんげん	6g	3		豆乳	50g	1	豆	清酒	2.2g	2					
鳥がらスープ	1.8g	5	麦 豆	干しいたけ	0.5g	4		アスパラガスのザラダ				じゃがいも	60g	5					
清酒	1g	5		本みりん	1g	1		アスパラガス	25g	3		たまねぎ	50g	4					
砂糖	2g	5		こいくちしょうゆ	1.5g	5		キャベツ	20g	4		にんじん	15g	3					
こいくちしょうゆ	4g	5	麦 豆	だしパック	2g	5	麦 豆	赤ピーマン	8g	3		●つきこんにやく	15g	5					
でんぶ	1.5g	5		小松菜の肉炒め				和風たまねぎドレッシング	6g	6	麦 豆 豚	さやいんげん	5g	3					
ブロッコリーの中華和え				牛肉	20g	1	牛	エネルギー	777	kcal	本みりん	1g	1						
ブロッコリー	40g	3		清酒	1.5g	5		たんぱく質	35.8	g	砂糖	2.5g	5	麦 豆					
きゅうり	10g	4		●小松菜	30g	3		エネルギー	777	kcal	こいくちしょうゆ	6g	5						
にんじん	8g	3		にんじん	6g	3		たんぱく質	35.8	g	でんぶ	1.5g	5						
ごま油	0.3g	6	ゴ	砂糖	0.8g	5	麦 豆	たんぱく質	35.8	g	こいくちしょうゆ	6g	5	麦 豆					
砂糖	1g	5		こいくちしょうゆ	2g	5	麦 豆	たんぱく質	35.8	g	だしパック	2g	5						
こいくちしょうゆ	1.8g	5	麦 豆	でんぶ	0.5g	5		たんぱく質	35.8	g	甘夏								
穀物酢	1.8g	5		エネルギー	777	kcal	たんぱく質	35.8	g	甘夏	1こ	4							
エネルギー	850	kcal	たんぱく質	33.7	g	たんぱく質	33.7	g	たんぱく質	35.8	g	エネルギー	768	kcal					
たんぱく質	33.7	g	たんぱく質	33.7	g	たんぱく質	33.7	g	たんぱく質	35.8	g	たんぱく質	35.6	g					

☆献立は都合により変更になることがあります。 ●は、奈良県内で栽培されたものまたは、奈良県内で製造加工されたものです。

「アレルギー」項目
 特定義務表示7品目ならびに推奨義務表示21品目を
 すべて記載しています。(下図参照)

卵	卵	ら	いくら	豚	豚肉
乳	乳	ち	オレンジ	マ	まつたけ
麦	小麦	か	カシューナッツ	桃	もも
蕎	そば	牛	牛肉	芋	やまいも
ピ	落花生	く	くるみ	り	りんご
比	えび	鮭	さけ	丁	ごま
蟹	かに	鱈	さば	ゼ	ゼラチン
鮑	あわび	豆	大豆	ハ	バナナ
働	いか	鶏	鶏肉	キ	キウイフルーツ
ア	アーモンド				

献立表について
 献立ごとに、材料・分量・食品群別・アレルギーについて記載しております。
 また、各日のエネルギー量・たんぱく質の量を示しています。
 広陵町及び香芝市教育委員会のホームページにおいて、冷凍加工食品等の原
 材料・アレルギーの分かる資料を公開しています。
 (QRコードより各ページに飛ぶことができます。)



広陵町イメージキャラクター
かぐやちゃん



広陵町
教育委員会HP



香芝市
教育委員会HP



香芝市イメージキャラクター
カッシー

6つの基礎食品群

1群の食品	2群の食品	3群の食品	4群の食品	5群の食品	6群の食品
肉・魚・卵	牛乳・乳製品	緑黄色野菜	その他の野菜	米・パン・めん	油脂
豆・豆製品	小魚・海藻		果物	いも・砂糖	

5月 平均栄養量

エネルギー kcal	たんぱく g	脂質 g	カルシウム mg	マグネシウム mg	鉄 mg	ビタミンA μg RE	ビタミンB ₁ mg	ビタミンB ₂ mg	ビタミンC mg	食物繊維 g
798	32.1	24.1	400	128	3.9	299	0.71	0.61	30	6.8