

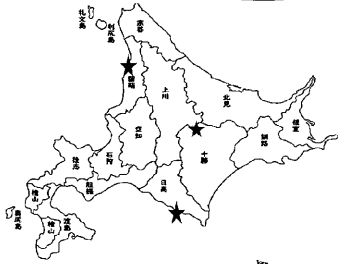
5月

スクールランチ予定献立表

中学校



みんなが住んでいる地域の
特産品を紹介します



★様似町～真つぶ、日高昆布、鮭、
ふのり、いちご

※真つぶの魚鱈高はトップクラス
いちご(すずあか)はケーキ店に出荷されています

★初山別村～ぶく、タコ、ハスカップ、
お米、甘えび

※ぶくだしのそばつゆ、ぶくだしラーメンや
ハスカップジャムなどハスカップの加工品があります

★愛別町～きのこ、ビーツ、もち米

※北海道で生産されるきのこの70%は
愛別町で生産されています
特産もち米のお餅「愛ぶくぶく」が人気です

日	メニュー	材料
1 日 (木)	北海道産小麦の バターパン スラッパビー・ジョー マカロニと豆サラダ ジュリアンスープ	北海道産小麦のバターパン 牛肉、豚肉、玉葱、トマト、ピーマン、 人参、にんにく ビーンズミックス(大豆、手亡豆、金時豆)、 マカロニ キャベツ、玉葱、しめじ、ベーコン、パセリ
アレルギー表示 小麦、卵、乳、牛肉、大豆、鶏肉、豚肉、りんご		
2 日 (金)	ごはん 豚肉とキャベツの スタミナ炒め ホタテ風味大根サラダ 白菜となめこの味噌汁	様似米 豚肉、キャベツ、玉葱、人参、ピーマン、 オイスターソース、しょうが、にんにく 大根、胡瓜、ホタテ風味かまぼこ 白菜、なめこ、長ねぎ
アレルギー表示 小麦、卵、大豆、豚肉、りんご		

日	メニュー	材料
5 日 (水)	子供の日 	
6 日 (木)	振替休日 	
7 日 (水)	(新・手作りスープ) 豚バラ塩ラーメン ブルーベリーカップ ケーキ	ラーメン、豚肉、もやし、白菜、長ねぎ、 なると、にんにく ヨーグルト、ホットケーキミックス、 ブルーベリー、スキムミルク
アレルギー表示 小麦、卵、乳、大豆、鶏肉、豚肉、りんご		
8 日 (木)	ごはん ヤンニョム風チキン 三色中華サラダ ワカメと海老のスープ	様似米 鶏肉、しょうが、にんにく もやし、小松菜、人参、ごま、にんにく えび、玉葱、わかめ、しいたけ
アレルギー表示 えび、小麦、大豆、鶏肉、りんご、ごま		
9 日 (金)	豚丼(麦ごはん) ごま和え 大根とえのき茸の 味噌汁	様似米、大麦、豚肉、玉葱、しめじ、人参、 小ねぎ、しょうが キャベツ、ほうれん草、ごま 大根、えのき茸、長ねぎ
アレルギー表示 小麦、大豆、豚肉、ごま		

日	メニュー	材料
12 日 (月)	ごはん ポークビーンズ ピーマンサラダ 野菜コンソメスープ	様似米 豚肉、トマト缶、じゃがいも、大豆、玉葱、 人参、にんにく、パセリ ピーマン、胡瓜、ポークハム キャベツ、コーン、人参
アレルギー表示 小麦、卵、乳、大豆、鶏肉、豚肉		
13 日 (火)	ごはん 鮭の味噌マヨ焼き なめ茸和え マセドアンスープ	様似米 鮭、玉葱、人参、パセリ 白菜、なめ茸、ちくわ、水菜 じゃがいも、大根、人参
アレルギー表示 小麦、卵、乳、さけ、大豆、鶏肉		
14 日 (水)	コーンクリーム スパゲティ さつま芋レモン煮	スパゲティ、牛乳、玉葱、ベーコン、コーン、 マッシュルーム、パセリ、スキムミルク さつまいも、レモン
アレルギー表示 小麦、卵、乳、大豆、鶏肉、豚肉		
15 日 (木)	北海道産小麦の コッペパン ハンバーグ スライスチーズ (鉄・カルシウム強化) じゃが芋と枝豆サラダ 白菜の豆乳スープ	北海道産小麦のコッペパン ハンバーグ(鶏肉、豚肉) プロセスチーズ(鉄・カルシウム強化) じゃがいも、枝豆 豆乳、白菜、玉葱、しめじ、人参
アレルギー表示 小麦、卵、乳、大豆、鶏肉、豚肉、りんご		
16 日 (金)	ごはん 鶏じゃが のり和え もやしと揚げの味噌汁	様似米 鶏肉、じゃがいも、玉葱、人参、しらたき もやし、チンゲン菜、焼きのり キャベツ、長ねぎ、油揚げ
アレルギー表示 小麦、大豆、鶏肉		

日	メニュー	材料
19 日 (月)	ごはん スパイシーチキンカツ 彩りサラダ ミネストローネスープ	様似米 鶏肉、しょうが、にんにく さつまいも、胡瓜、人参、コーン トマト缶、キャベツ、玉葱、ベーコン、 にんにく、パセリ
アレルギー表示 小麦、卵、乳、大豆、鶏肉、豚肉		
20 日 (火)	ポークカレー (麦ごはん) アロエ入りフルーツ ヨーグルト	様似米、大麦、じゃがいも、豚肉、人参、 玉葱、スキムミルク ヨーグルト、パイナップル、アロエ、みかん
アレルギー表示 小麦、乳、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、りんご、ゼラチン、ごま		
21 日 (水)	あんかけ焼きそば 水餃子のネギ塩 スープかけ	焼きそば、豚肉、白菜、えび、いか、玉葱、 ピーマン、人参、オイスターソース、しょうが、 にんにく 水餃子、長ねぎ、えのき茸、小ねぎ、 しいたけ
アレルギー表示 えび、小麦、卵、乳、いか、大豆、鶏肉、豚肉、ゼラチン、ごま		
22 日 (木)	ロールパン タラのカレー パン粉焼き チキンコールスローサ ラダ キャロットポタージュ	バターロール たら、ヨーグルト、しょうが、にんにく、 パセリ キャベツ、鶏肉、コーン 牛乳、人参、じゃがいも、玉葱、クルトン
アレルギー表示 小麦、卵、乳、大豆、鶏肉		
23 日 (金)	ごはん 豚バラ肉と大根の 味噌煮 ごまじやこサラダ 豆腐ときこのこ ずまし汁	様似米 豚肉、大根、人参、小ねぎ、しょうが キャベツ、枝豆、しらす干し、ごま 豆腐、まいたけ、えのき茸、長ねぎ
アレルギー表示 えび、かに、小麦、大豆、豚肉、りんご、ごま		

日	メニュー	材料
26 日 (月)	体育大会の振替休日 	
27 日 (火)	ごはん 鶏のトマト煮 ポテトとチーズサラダ かぶのコンソメスープ	様似米 鶏肉、トマト缶、キャベツ、玉葱、 マッシュルーム、にんにく じゃがいも、胡瓜、チーズ、コーン かぶ、人参、えのき茸
アレルギー表示 小麦、卵、乳、大豆、鶏肉		
28 日 (水)	かき揚げうどん いちごミルク蒸しパン	うどん、野菜かき揚げ、鶏肉、長ねぎ、人 参、かまぼこ、しいたけ 蒸しパンミックス、牛乳、いちご、スキムミ ルク
アレルギー表示 小麦、卵、乳、大豆、鶏肉		
29 日 (木)	ごはん 鶏のはちみつ醤油 照り焼き ひじきのカラフル炒め じゃが芋と玉葱の 味噌汁	様似米 鶏肉、しょうが、にんにく 大豆、コーン、人参、枝豆、ひじき じゃがいも、玉葱、しめじ
アレルギー表示 小麦、大豆、鶏肉、ごま		
30 日 (金)	びびんバ丼(麦ごはん) ワカメとキャベツの ナムル かき玉スープ	麦精米、大麦、豚肉、もやし、小松菜、人 参、しょうが、にんにく キャベツ、人参、わかめ、ごま 白菜、卵、長ねぎ、しめじ
アレルギー表示 小麦、卵、大豆、鶏肉、豚肉、りんご、ごま		

5月の1人当たりの平均摂取栄養値

エネルギー 752Kcal、たんぱく質 25.3g、脂質 25.8g、炭水化物 101.3g、食塩相当量 3.2g〔推定値〕