

令和6年度(5月1日～5月17日)

5月 学校給食献立表

川西養護学校

* 食材の入荷状況により、献立内容を変更することがあります

日・曜	1日(水)	2日(木)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)													
献立名	牛乳 白飯 八宝菜 マーボーはるさめ	牛乳 白飯 きやべつのみそ汁 かつおの新玉ソース りんごかん	牛乳 白飯 豚汁 きやべつのもろ煮	牛乳 白飯 食パン ポテトスープ ソナサラダ	牛乳 白飯 平めんビーフンスープ 鶏肉の南蛮漬け	牛乳 白飯 すまし汁 そばろ煮 もやしのあえもの	牛乳 白飯 ラーメン 五目炒め煮 カットフルーツ	牛乳 白飯 わかめ汁 魚のからあげトロトロあんかけ さわらのからあげ たまねぎと厚揚げのトロトロ煮	牛乳 白飯 スーミータン 鶏手羽元の煮物 グリーンサラダ	牛乳 白飯 そうめん汁 高野豆腐の含め煮 きゅうりのあえもの	牛乳 白飯 豆ごはん みそ汁 ひじきの炒め煮 みかんかん													
材料名および使用量 (g)	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本
	精白米	75	精白米	75	精白米	65	食パン(100)	1袋	精白米	75	精白米	75	精白米	60	精白米	75	精白米	75	精白米	75	精白米	75	精白米	65
	水	113	水	113	水	5	じゃがいも	45	水	113	水	113	水	90	水	113	水	113	水	113	水	113	水	113
	豚肉(細切)	20	きやべつ	20	ひじき	2	ベーコン	5	平めんビーフン	10	豆腐(冷)	20	中華めん(冷)	40	わかめ(乾)	0.6	鶏卵	15	そうめん	10	油あげ(冷)	10	グリんピース	10
	いか(かのこ・冷)	10	油あげ(冷)	5	油あげ(冷)	3	わかめ(乾)	3	豚肉(細切)	20	かまぼこ	5	にんじん	15	にんじん	15	はるさめ	3	油あげ(冷)	5	たまねぎ	20	清酒	5
	えび(80～120・冷)	10	わかめ(乾)	0.5	にんじん	5	にんじん	15	たまねぎ	20	わかめ(乾)	0.5	にんじん	15	にんじん	15	たまねぎ	20	たまねぎ	20	たまねぎ	20	塩	0.8
	清酒	1	にんじん	15	干し椎茸(スライス)	0.3	たまねぎ	10	にんじん	15	にんじん	15	きやべつ	15	きやべつ	15	緑豆もやし	15	にんじん	15	にんじん	15	水	100
	たまねぎ	40	葉ねぎ	5	米油	1	グリーンピース	5	ちんげん菜	15	ちんげん菜	3	緑豆もやし	15	緑豆もやし	15	米油	4	葉ねぎ	5	米油	0.5	豆腐(冷)	20
	ちんげん菜	20	みそ(赤)	10	しょうゆ(淡)	7	牛乳(調)	40	干し椎茸(スライス)	0.5	干し椎茸(スライス)	0.5	菜の花	5	菜の花	5	清酒	1	しょうゆ(淡)	4	しょうゆ(淡)	0.2	油あげ(冷)	5
	緑豆もやし	20	けずりぶし(だし用)	2	清酒	5	ぶどう酒(白)	1	しょうが	0.3	しょうが	4	しょうゆ(淡)	4	しょうゆ(淡)	4	塩	0.2	清酒	1	清酒	1	わかめ(乾)	0.5
	にんじん	15	煮干し(だし用)	1	さとう(三温)	1	塩	0.8	米油	1	清酒	1	清酒	1	塩	1	塩	0.7	けずりぶし(だし用)	2	けずりぶし(だし用)	2	にんじん	15
	たけのこ(水煮)	5	水	130	こしょう(白)	1	こしょう(白)	0.02	しょうゆ(淡)	4	塩	0.2	塩	0.4	水	130	しょうゆ(淡)	0.5	こしょう(白)	0.02	こしょう(白)	0.02	こしょう(白)	0.5
	干し椎茸(スライス)	0.5	かつお(一ロ・冷)	50	ガーリック	0.5	ガーリック	0.02	清酒	1	けずりぶし(だし用)	2	こしょう(白)	0.02	上新粉	8	こしょう(白)	0.02	上新粉	0.02	上新粉	0.02	水	130
	にんにく	0.3	しょうが	1	こしょう(白)	93	こしょう(白)	15	塩	0.4	こしょう(白)	0.02	こしょう(白)	0.02	ごま油	0.3	ごま油	0.3	ごま油	0.3	ごま油	0.3	みそ(赤)	10
	ごま油	1	しょうゆ(濃)	2	豚肉(細切)	20	豚肉(細切)	0.5	こしょう(白)	0.02	こしょう(白)	0.02	こしょう(白)	0.02	たまねぎ	20	たまねぎ	20	たまねぎ	20	たまねぎ	20	みそ(赤)	10
	しょうゆ(淡)	3	でんぶん	6	じゃがいも	20	じゃがいも	0.5	ガーリック	0.02	ガーリック	0.02	ガーリック	0.02	たまねぎ	20	たまねぎ	20	たまねぎ	20	たまねぎ	20	みそ(赤)	10
	清酒	1	てんぷら油	3	グリーンピース	15	グリーンピース	0.03	煮干し(だし用)	1	煮干し(だし用)	1	煮干し(だし用)	1	たまねぎ	20	たまねぎ	20	たまねぎ	20	たまねぎ	20	みそ(赤)	10
	塩	0.2	たまねぎ	30	にんじん	15	にんじん	15	水	70	水	70	水	70	水	70	水	70	水	70	水	70	水	70
	こしょう(白)	0.03	酢	2	つきこんにやく	10	つきこんにやく	10	水	130	水	130	水	130	水	130	水	130	水	130	水	130	水	130
	鶏手羽先(だし用)	10	しょうゆ(淡)	2	ごぼう(さきがき)	5	ごぼう(さきがき)	5	鶏肉(若5)	40	鶏肉(若5)	40	鶏肉(若5)	40	鶏肉(若5)	40	鶏肉(若5)	40	鶏肉(若5)	40	鶏肉(若5)	40	鶏肉(若5)	40
葉ねぎ(だし用)	1	さとう(三温)	2	菜ねぎ	5	菜ねぎ	5	でんぶん	5	でんぶん	5	でんぶん	5	でんぶん	5	でんぶん	5	でんぶん	5	でんぶん	5	でんぶん	5	
にんじん(だし用)	0.5	清酒	1	みそ(赤)	9	みそ(赤)	9	てんぷら油	8	てんぷら油	8	てんぷら油	8	てんぷら油	8	てんぷら油	8	てんぷら油	8	てんぷら油	8	てんぷら油	8	
しょうが(だし用)	0.3	りんご果汁	25	あごだし	0.5	あごだし	0.5	たまねぎ	1.2	たまねぎ	1.2	たまねぎ	1.2	たまねぎ	1.2	たまねぎ	1.2	たまねぎ	1.2	たまねぎ	1.2	たまねぎ	1.2	
にんにく(だし用)	0.2	寒天(フレーク)	0.6	水	120	水	120	しょうゆ(淡)	1.2	しょうゆ(淡)	1.2	しょうゆ(淡)	1.2	しょうゆ(淡)	1.2	しょうゆ(淡)	1.2	しょうゆ(淡)	1.2	しょうゆ(淡)	1.2	しょうゆ(淡)	1.2	
でんぶん	2	さとう(上白)	5	きやべつ	30	きやべつ	30	さとう(三温)	0.2	さとう(三温)	0.2	さとう(三温)	0.2	さとう(三温)	0.2	さとう(三温)	0.2	さとう(三温)	0.2	さとう(三温)	0.2	さとう(三温)	0.2	
水	40	水	25	鶏挽肉(粗)	10	鶏挽肉(粗)	10	しょうゆ(淡)	1	しょうゆ(淡)	1	しょうゆ(淡)	1	しょうゆ(淡)	1	しょうゆ(淡)	1	しょうゆ(淡)	1	しょうゆ(淡)	1	しょうゆ(淡)	1	
はるさめ	5	にんじん	5	しょうが	0.1	しょうが	0.1	みりん	0.5	みりん	0.5	みりん	0.5	みりん	0.5	みりん	0.5	みりん	0.5	みりん	0.5	みりん	0.5	
鶏挽肉(粗)	10	米油	0.1	米油	0.1	米油	0.1	さとう(三温)	0.5	さとう(三温)	0.5	さとう(三温)	0.5	さとう(三温)	0.5	さとう(三温)	0.5	さとう(三温)	0.5	さとう(三温)	0.5	さとう(三温)	0.5	
たまねぎ	10	清酒	1	清酒	1	清酒	1	さとう(三温)	0.5	さとう(三温)	0.5	さとう(三温)	0.5	さとう(三温)	0.5	さとう(三温)	0.5	さとう(三温)	0.5	さとう(三温)	0.5	さとう(三温)	0.5	
にんじん	5	さとう(三温)	0.5	さとう(三温)	0.5	さとう(三温)	0.5	しょうゆ(濃)	0.5	しょうゆ(濃)	0.5	しょうゆ(濃)	0.5	しょうゆ(濃)	0.5	しょうゆ(濃)	0.5	しょうゆ(濃)	0.5	しょうゆ(濃)	0.5	しょうゆ(濃)	0.5	
葉ねぎ	3	しょうゆ(濃)	0.5	しょうゆ(濃)	0.5	しょうゆ(濃)	0.5	塩	0.3	塩	0.3	塩	0.3	塩	0.3	塩	0.3	塩	0.3	塩	0.3	塩	0.3	
しょうが	0.2	でんぶん	0.5	でんぶん	0.5	でんぶん	0.5	みりん	0.5	みりん	0.5	みりん	0.5	みりん	0.5	みりん	0.5	みりん	0.5	みりん	0.5	みりん	0.5	
にんにく	0.1	豆板醤	0.1	しょうゆ(濃)	0.3	しょうゆ(濃)	0.3	さとう(三温)	0.2	さとう(三温)	0.2	さとう(三温)	0.2	さとう(三温)	0.2	さとう(三温)	0.2	さとう(三温)	0.2	さとう(三温)	0.2	さとう(三温)	0.2	
ごま油	0.5	しょうゆ(濃)	2	みりん	1	みりん	1	辛子	0.03	辛子	0.03	辛子	0.03	辛子	0.03	辛子	0.03	辛子	0.03	辛子	0.03	辛子	0.03	
豆板醤	0.1	みりん	1	みりん	1	みりん	1	みりん	1	みりん	1	みりん	1	みりん	1	みりん	1	みりん	1	みりん	1	みりん	1	
しょうゆ(濃)	2	みりん	1	みりん	1	みりん	1	みりん	1	みりん	1	みりん	1	みりん	1	みりん	1	みりん	1	みりん	1	みりん	1	
みりん	1	みりん	1	みりん	1	みりん	1	みりん	1	みりん	1	みりん	1	みりん	1	みりん	1	みりん	1	みりん	1	みりん	1	

※栄養三色(□○△)
 < 食品を栄養素の働きにより、三つに分類しています >
 □…黄色の食品(熱や力のもとになる食品 炭水化物・脂質)
 ○…赤色の食品(血や肉のもとになる食品 たんぱく質・カルシウム)
 △…緑色の食品(体の調子をととのえる食品 ビタミン・ミネラル)

川西市のホームページでは、給食関連情報を掲載しています。
 (例: 主な食材の配合内容表やレシピ集など)



～目には青葉 山ほととぎす 初がつお～

山口素堂の有名な俳句にも詠まれているように、かつおが旬をむかえています。かつおには年に2回旬の時期があり、初夏のものは初がつお、秋には戻りがつおと呼ばれます。5月2日には、旬の初がつおをから揚げにして、新玉ねぎの入ったソースであえた「かつおの新玉ソース」を作ります。かつおは加熱すると身がたかくなる魚です。よくかんで食べて下さいね!

5月の旬の食材

季節が春から初夏へと移り変わっていき、給食に使用する食材も変化していきます。初夏の食材を食べ、暑い夏に向かって身体を整えていきましょう。



令和6年度(5月20日～5月31日)

5月 学校給食献立表

川西養護学校

*食材の入荷状況により、献立内容を変更することがあります

日・曜	20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)	27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	31日(金)									
献立名	牛乳 白飯 えびとかのスープ 豚キムチ	牛乳 白飯 すまし汁 さばの煮つけ さやいんげんのごまあえ	牛乳 白飯 じゃがいものみそ汁 豚肉のしょうが炒め	牛乳 白飯 ハヤシライス 発芽玄米入りごはん ハッシュドビーフ アスパラガスソテー	牛乳 白飯 中華スープ 酢豚	牛乳 白飯 肉と野菜のうま煮 きやべつの和え物	牛乳 白飯 たまねぎのみそ汁 鶏肉のいそべ揚げ もやしのあえもの	牛乳 白飯 野菜スープ 豚肉のマリネ	牛乳 白飯 かきたま汁 がんとどきの含め煮 きゅうりのしょうががえ	牛乳 牛丼 白飯 牛丼の具 もずく汁 はりはり大根									
材料名および使用量(g)	牛乳 1本 精白米 75 水 113 えび(80～120・冷) 10 いか(かのこ・冷) 10 清酒 1 たまねぎ 15 にんじん 15 葉ねぎ 5 干し椎茸(スライス) 0.5 しょうゆ(淡) 4 清酒 1 塩 0.2 こしょう(白) 0.02 ガーリック 0.02 ごま油 0.3 煮干し(だし用) 1 さなぶ(だし用) 0.5 水 120 はくさいキムチ 7 豚肉(細切) 25 緑豆もやし 25 にんじん 10 にら 2 ごま油 0.5 しょうゆ(濃) 1.4 清酒 0.5 塩 0.15 こしょう(白) 0.01	牛乳 1本 精白米 75 水 113 豆腐(冷) 25 わかめ(乾) 0.5 にんじん 15 えのきだけ 10 みつば 3 しょうゆ(淡) 4 清酒 1 塩 0.2 けずりぶし(だし用) 2 こんぶ(だし用) 0.5 水 130 さば(三枚おろし・冷) 1 しょうが 1 しょうゆ(濃) 3 さとう(三温) 2.5 みりん 0.5 こんぶ(だし用) 0.5 水 20 さやいんげん 10 きやべつ 20 すりごま 0.8 しょうゆ(淡) 1.2 酢 0.8 さとう(三温) 0.2	牛乳 1本 精白米 75 水 113 じゃがいも 20 豆腐(冷) 20 油あげ(冷) 5 わかめ(乾) 0.5 にんじん 15 マッシュルーム(水煮) 15 にんにく 0.3 米油 1 小麦粉 6 バター(調) 6 トマトペースト 8 ソース(ウスター) 4 しょうゆ(濃) 2 ぶどう酒(赤) 1 塩 0.2 こしょう(白) 0.02 パブリカパウダー 0.02 水 70 アスパラガス 10 きやべつ 20 ベーコン 3 米油 0.5 しょうゆ(淡) 0.8 こしょう(白) 0.01 ガーリック 0.01	牛乳 1本 精白米 70 発芽玄米 5 水 113 豚肉(細切) 30 たまねぎ 70 にんじん 20 マッシュルーム(水煮) 15 にんにく 0.3 米油 1 小麦粉 6 バター(調) 6 トマトペースト 8 ソース(ウスター) 4 しょうゆ(濃) 2 ぶどう酒(赤) 1 水 120 豚肉(短冊・小) 30 しょうゆ(濃) 1.5 しょうが 0.5 みりん 0.5 きやべつ 20 ベーコン 3 米油 0.5 しょうゆ(淡) 0.8 こしょう(白) 0.01 ガーリック 0.01	牛乳 1本 精白米 75 水 113 豚肉(細切) 20 緑豆もやし 15 ちくわ 10 じゃがいも 15 にら 5 にんじん 20 干し椎茸(スライス) 0.5 しょうゆ(淡) 4 清酒 1 塩 0.2 こしょう(白) 0.02 ガーリック 0.02 ごま油 0.3 けずりぶし(だし用) 1 水 20 きやべつ 30 にんじん 5 花かつお 0.5 しょうゆ(淡) 1.5 酢 0.5 さとう(三温) 0.2 みりん 6 てんぷら油 5 たまねぎ 25 にんじん 10 たけのこ(水煮) 5 さやいんげん 5 しょうゆ(濃) 1.2 さとう(三温) 1.2 ケチャップ 1.2 水 5	牛乳 1本 精白米 75 水 113 豚肉(細切) 20 ちくわ 10 じゃがいも 10 たまねぎ 50 にんじん 20 グリーンピース 3 米油 1 しょうゆ(濃) 4.5 さとう(三温) 3 みりん 1 けずりぶし(だし用) 1 水 130 鶏肉(若5・皮つき) 50 ガーリック 0.5 こしょう(白) 0.05 上粉 5 たまねぎ(だし用) 8 ペーリーフ 0.03 水 120 緑豆もやし 40 しょうゆ(淡) 1.6 酢 0.4 さとう(三温) 0.2 辛子 0.03	牛乳 1本 精白米 75 水 113 鶏肉(若5) 20 マカロニ(ABC) 7 たまねぎ 40 にんじん 15 じゃがいも 15 パセリ(乾) 0.03 しょうゆ(淡) 2 ぶどう酒(白) 1 塩 0.6 こしょう(白) 0.02 ガーリック 0.02 鶏手羽先(だし用) 10 にんじん(だし用) 0.5 たまねぎ(だし用) 0.5 ペーリーフ 0.03 水 120 豚肉(細切) 35 しょうが 0.6 清酒 0.6 たまねぎ 15 にんじん 5 米油 0.5 しょうゆ(濃) 2 酢 2 さとう(三温) 1	牛乳 1本 精白米 75 水 113 鶏卵 25 豆腐(冷) 25 にんじん 15 葉ねぎ 5 しょうゆ(淡) 5 清酒 1 塩 0.2 けずりぶし(だし用) 3 でんぶん 1 水 130 がんとどき(1個づけ・冷) 1 さとう(三温) 2 しょうゆ(濃) 2.4 みりん 0.4 水 20 きゅうり 30 しょうが 0.1 さとう(三温) 3 さとう(三温) 1 酢 0.8 みりん 0.5	牛乳 1本 精白米 75 水 113 牛肉(細切) 25 たまねぎ 45 糸こんにやく 10 米油 0.5 しょうゆ(濃) 3 さとう(三温) 1.5 みりん 0.5 もずく(冷) 10 でんぶん 25 にんじん 15 葉ねぎ 5 干し椎茸(スライス) 0.5 麦みそ 9 けずりぶし(だし用) 2 煮干し(だし用) 1 水 120 切干大根 4 にんじん 5 酢 1.2 しょうゆ(淡) 1 さとう(三温) 0.3										
<p>令和6年度の給食費(参考)</p> <table border="1"> <tr> <th colspan="3">特別支援学校</th> </tr> <tr> <td>1食あたり の単価</td> <td>7月～2月 請求額</td> <td>3月 請求額 (目安)</td> </tr> <tr> <td>276円</td> <td>5,600円</td> <td>5,708円</td> </tr> </table> <p>3月の請求額は学年行事等により変動いたします。アレルギー等により給食の一部を停止している場合は、金額は異なります。</p>											特別支援学校			1食あたり の単価	7月～2月 請求額	3月 請求額 (目安)	276円	5,600円	5,708円
特別支援学校																			
1食あたり の単価	7月～2月 請求額	3月 請求額 (目安)																	
276円	5,600円	5,708円																	
エネルギー/たんぱく質	エネルギー/たんぱく質	エネルギー/たんぱく質	エネルギー/たんぱく質	エネルギー/たんぱく質	エネルギー/たんぱく質	エネルギー/たんぱく質	エネルギー/たんぱく質	エネルギー/たんぱく質	エネルギー/たんぱく質	エネルギー/たんぱく質									
507kcal 21.7g	585kcal 24.2g	555kcal 22.3g	633kcal 20.5g	605kcal 23.2g	576kcal 20.0g	654kcal 23.5g	574kcal 24.5g	577kcal 21.0g	560kcal 19.5g										

※「*」は、除去食対応日の除去対象食品(鶏卵・うずら卵・マヨネーズ)につけています。
 ※「塩」の使用について: 献立の材料名欄に記載されていなくても、「ゆで塩」など、味をととのえること等を目的に使用することがあります。

みんなが安全に楽しく食べるために ~食物アレルギーについて~

5月から卵にアレルギーがある人のための除去食対応が始まります。食物アレルギーの原因となる食べ物は卵以外にもさまざまなものがあります。事故を防ぎ、安全に楽しく給食を食べるためには、食物アレルギーのある人もない人も、みんなが食物アレルギーについて正しく知ることが大切です。

食物アレルギーのある人は、給食で食べられないものがあったり、違うものを食べることがありますが、これは好き嫌いではありません。

食物アレルギーには「体がかゆくなる」「おなかが痛くなる」「息がくるしくなる」など、いろいろな症状があります。

献立表を見て、アレルギーのため食べられない献立がないかどうかをしっかりと確認してから、食べ始めましょう。

自分に何か変わったことが起きた時、友達の様子がおかしいと感じたときなど、すぐに周りの大人に知らせましょう。



その食べ物を食べなくても、触れたり吸い込んだりすることで症状がでることがあります。そのために、給食を配る時、後片付けの時にも注意が必要です。

食事後すぐに、激しい運動をすると、息苦しくなるなどの症状がでることがあります。給食後すぐの運動には十分気をつけましょう。