



令和4年度

5月 よていにとんでてひょう



角田市学校給食センター

日 曜日	献立名	おもなざいりょうと3つのはたらき			小学校(中)栄養価	中学校栄養価	備考	給食が休みの学校
		あかのなかま	みどりのなかま	きいろのなかま	エネルギーたんぱく質脂質食塩相当量	エネルギーたんぱく質脂質食塩相当量		
2月	ごはん 牛乳 チーズカツレツ マカロニサラダ カレーポトフ 小魚のりかけ	牛乳,とり肉,チーズ,ツナ, ウィンナー,ばらベーコン, かつお節	キャベツ,きゅうり,にん じん,玉ねぎ,セロリー	精白米,マカロニ,ノン エッグマヨネーズ,ド レッシング,じゃがい も,こま	710 kcal 27.7 g 25.0 g 2.0 g	833 kcal 30.7 g 28.2 g 2.5 g		藤小
6金	ごはん 牛乳 とりつくね 五目豆 春野菜のみそ汁 かしわもち	牛乳,とり肉,大豆,こんぶ, 油揚げ,木綿豆腐,赤みそ	にんじん,たけのこ,れん こん,玉ねぎ,しめじ,キャ ベツ,ねぎ	精白米,三温糖,でんぶ ん,米油,じゃがいも,か しわもち	726 kcal 25.7 g 17.9 g 2.3 g	879 kcal 31.8 g 22.2 g 3.1 g	こどもの日 給食	
9月	ごはん 牛乳 ポークシュウマイ(2こ) ツナわかめ 厚揚げ中華煮	牛乳,ぶた肉,わかめ,ツナ, 厚揚げ,えび	きゅうり,しょうが,にん じく,玉ねぎ,たけのこ,に んじん,絹さや	精白米,米油,三温糖,こ ま油,でんぶん	680 kcal 29.3 g 22.8 g 2.6 g	855 kcal 36.7 g 29.3 g 3.2 g		枝小
10火	麦ごはん 牛乳 ポークカレー 大根サラダ(パックドレッシング) フルーツヨーグルトあえ	牛乳,ヨーグルト,ツナ,ぶ た肉,チース	みかん,リンアップル,黄 桃,ナタデココ,だいこん, きゅうり,にんにく,しょう が,玉ねぎ,にんじん	精白米,米粒麦,生ク リーム,ドレッシング, 米油,じゃがいも	693 kcal 20.9 g 20.7 g 2.3 g	848 kcal 25.0 g 24.4 g 2.6 g	残量ゼロの日	
11水	ごはん 牛乳 はるまき 豆とチキンのサラダ みそラーメン	牛乳,とり肉,ぶた肉,ナル ト,赤みそ	枝豆,とうもろこし,キャ ベツ,きゅうり,にんにく, しょうが,にんじん,もや し,玉ねぎ,ねぎ	精白米,はるまきの皮, 大豆油,こま,ドレッシ ング,米油,ラーメン	722 kcal 23.2 g 24.1 g 2.1 g	847 kcal 26.9 g 27.6 g 2.6 g		
12木	わかめごはん 牛乳 カップエッグ パンネのトマト煮 ジュリアンヌスープ	牛乳,わかめ,たまご,とり 肉,ばらベーコン	にんにく,玉ねぎ,しめじ, マッシュルーム,トマト, にんじん,キャベツ,えの きたけ	精白米,オリーブ油,ペ ンネマカロニ,三温糖	650 kcal 27.4 g 20.4 g 3.0 g	771 kcal 32.5 g 23.0 g 3.8 g		北角中1年
13金	ごはん 牛乳 かつおの新たまねぎソース えのき入りおひたし とん汁	牛乳,かつお,わかめ,ぶた 肉,木綿豆腐,赤みそ	玉ねぎ,ほうれん草,にん じん,えのきたけ,ごぼう, はくさい,だいこん,ねぎ	精白米,大豆油,三温糖, 米油,さといも	665 kcal 27.7 g 19.6 g 2.6 g	815 kcal 33.1 g 23.9 g 3.4 g		北角中1年
16月	ごはん 牛乳 いわしの梅煮 めん入り野菜炒め 油のみそ汁	牛乳,いわし,ぶた肉,木綿 豆腐,赤みそ	うめ,もやし,キャベツ,玉 ねぎ,にんじん,はくさい, だいこん,ねぎ	精白米,米油,焼きそば 麺,油	655 kcal 26.3 g 20.8 g 2.6 g	789 kcal 31.3 g 24.5 g 3.5 g		横小・藤小
17火	ごはん 牛乳 メンチカツ(パックソース) ブロッコリーサラダ ミネストローネ	牛乳,ぶた肉,とり肉,ばら ベーコン	ブロッコリー,カリフラ ワー,とうもろこし,にん じん,にんにく,キャベツ, 玉ねぎ,セロリー,トマト	精白米,パン粉,大豆油, ドレッシング,オリーブ 油,じゃがいも,マカロ ニ,三温糖	649 kcal 18.4 g 20.4 g 2.0 g	806 kcal 22.2 g 25.1 g 2.7 g		
18水	ごはん 牛乳 とり肉のてり焼き れんこんサラダ 根菜のみそ汁	牛乳,とり肉,ツナ,油揚げ, 木綿豆腐,赤みそ	れんこん,にんじん,きゅ うり,キャベツ,だいこん, ごぼう,ねぎ	精白米,三温糖,でんぶ ん,こま,ドレッシング, じゃがいも	629 kcal 27.2 g 16.8 g 2.1 g	775 kcal 34.6 g 20.0 g 3.1 g		
19木	ごはん 牛乳 揚げぎょうざ(2こ) チャプチェ エビボールスープ ヨーグルト	牛乳,ぶた肉,えびボール, ヨーグルト	しょうが,にんにく,にん じん,キャベツ,青ピーマ ン,玉ねぎ,もやし,たけの こ,はくさい,干し椎茸	精白米,ぎょうざの皮, 大豆油,米油,はるまき, こま油	671 kcal 24.0 g 18.4 g 2.6 g	790 kcal 27.4 g 21.5 g 3.0 g		
20金	麦ごはん 牛乳 肉そぼろ ナムル コーン卵スープ	牛乳,ぶた肉,大豆,赤みそ, ばらベーコン,たまご	にんにく,しょうが,ほう れん草,にんじん,もやし, だいもやし,こねぎ,玉 ねぎ,とうもろこし	精白米,米粒麦,米油,三 温糖,こま油,こま,でん ぶん	643 kcal 28.0 g 20.9 g 2.1 g	800 kcal 35.6 g 25.7 g 3.0 g		
23月	ごはん 牛乳 さわらの西京焼き きんぴらごぼう だんご汁	牛乳,さわら,みそ,さつま あげ,とり肉	ごぼう,にんじん,だいこ ん,干し椎茸,ねぎ	精白米,こま油,三温糖, こま,白玉だんご,米油	625 kcal 26.0 g 14.2 g 1.7 g	775 kcal 33.5 g 17.0 g 2.3 g		枝小・桜小 北小
24火	ごはん 牛乳 かぼちゃコロッケ ぶたキムチ 大根のみそ汁	牛乳,ぶた肉,油揚げ,木綿 豆腐,わかめ,赤みそ	かぼちゃ,白菜キムチ,に んじん,玉ねぎ,もやし,に ら,しょうが,だいこん,ね ぎ,えのきたけ	精白米,パン粉,大豆油, 米油,こま油,三温糖	716 kcal 26.7 g 23.3 g 2.6 g	845 kcal 31.6 g 27.5 g 3.1 g		
25水	たけのこごはん 牛乳 いか天ぷら(パックしょうゆ) ごまあえ 山菜なめこうどん 牛乳プリン(㊸のみ)	牛乳,いか,油揚げ,とり肉, ナルト,かつおぶし	たけのこ,ほうれん草,に んじん,キャベツ,わらび, えのき,たけのこ,なめこ, ねぎ	精白米,大豆油,こま,三 温糖,うどん,プリン	658 kcal 25.0 g 22.3 g 3.0 g	834 kcal 30.5 g 27.5 g 3.8 g		
26木	ごはん 牛乳 ハンバーグデミグラスソース かみかみサラダ コーンポタージュ	牛乳,とり肉 ぶた肉,さ きいか,ばらベーコン, チース	マッシュルーム,だいこ ん,きゅうり,にんじん,と うもろこし,玉ねぎ,パセ リ	精白米,三温糖,こま油, こま,有塩バター	691 kcal 24.1 g 20.4 g 2.6 g	833 kcal 28.5 g 23.6 g 3.2 g	お誕生日給食	
★ 27金	ごはん 牛乳 ぶた肉のスタミナ焼き ひじきの炒り煮 しお米粉ワントン	牛乳,ぶた肉,さつまあげ, 青大豆,大豆,芽ひじき	にんじん,干し椎茸,しょ うが,玉ねぎ,はくさい,と うもろこし,ねぎ,にら	精白米,米油,三温糖,米 粉ワントン	622 kcal 24.2 g 19.5 g 2.7 g	747 kcal 28.8 g 22.6 g 3.3 g	中継体 応援給食	
30月	ごはん 牛乳 ぶた肉のオーロラあえ 春雨サラダ なめこのみそ汁	牛乳,ぶた肉,しハー,赤み そ,かに風味かまぼこ,木 綿豆腐	きゅうり,にんじん,もや し,なめこ,はくさい,だい こん,ねぎ	精白米,でんぶん,大豆 油,三温糖,さらめ,はる まき,ドレッシング	660 kcal 28.6 g 18.7 g 2.7 g	824 kcal 34.7 g 24.2 g 3.3 g		全中学校
31火	麦ごはん 牛乳 納豆 ぶた肉とこんにゃくのピリ辛みそ炒め 元気ボールスープ オレンジ	牛乳,納豆,ぶた肉,赤みそ, とり肉	ごぼう,にんじん,玉ねぎ, こまつな,はくさい,ねぎ, 干し椎茸,オレンジ	精白米,米粒麦,米油,三 温糖,こま油,こま,はる まき	624 kcal 24.2 g 18.6 g 1.8 g	769 kcal 30.1 g 22.8 g 2.3 g	地産産物の日	北小6年

※物資の都合により献立が変更になる場合があります。予めご了承ください。 ※太字の食品は角田市産を使用しています。

※㊸は小学校・㊹は中学校です。

※魚に骨がついている場合がありますので、注意して食べるようにしてください。

☆今月の目標

「食事のマナーを身につけよう」



...「学校給食費」口座残高確認のお願い...

★は学校給食費の口座振替日です。当日までに振替口座の残高確認をよろしくお願いたします。



5月の平均栄養価

	エネルギー	たんぱく質	脂肪	鉄	カルシウム	塩分
小学校	基準値 650kcal	24.0g	18.0g	3.0mg	350mg	2.0g未満
校	平均値 668kcal	25.5g	20.3g	3.5mg	347mg	2.4g
中学校	基準値 830kcal	31.0g	23.0g	4.0mg	450mg	2.5g未満
校	平均値 812kcal	30.8g	24.2g	4.6mg	385mg	3.0g

学校給食使用食材放射能検査について

(R4.4.11~R4.4.18日分)

角田市では、学校給食の使用食材のうち2~4種類を選定し、食品モニター (RADIQFS300) で測定しています。検査食材の検査結果は、全て不検出でした。

◀今回の検査食材▶

- ・精白米 (角田市) ・入荷ごと ・牛乳 (宮城県) ・2週間ごと
- ・もやし (福島県) ・チンゲン菜 (宮城県) ・ねぎ (宮城県)

*詳しくは角田市ホームページに測定結果を掲載していますので、ご覧ください。