

# 5月 給食だよ!

南の沢小学校 ★ 藻岩北小学校

5月1日(月)～6月2日(金)まで

果物は、天候に左右されるため、変更する可能性がありますので、ご了承をお願いします。



現在、鶏卵の供給不足が続いているため、5月の給食では鶏卵を使用しないメニューとしています。ご理解、ご了承をよろしく願います。

月	火	水	木	金
<b>1</b> とりごぼうごはん みそしる ぶりのスパイスあげ	<b>2</b> よこわりバンズパン ワントンスープ たらフライ あさりスパゲティサラダ		給食停止を希望される場合は、申出日の5日後(土日及び休日除く)以降から可能です。但し、連続5日(行事等により給食を提供しない日を除く)以上の欠食を見込む場合に限りです。左記のQRコードを読み込み、給食停止申出書を学校にご提出いただけますよう、よろしく願います。(もしくは、学校で給食停止申し込み書をお渡しします。)	
<b>8</b> マーボーどうふどん ぎょうざ もやしのナムル	<b>9</b> せわりコッペパン クリームシチュー ウィンナーソテー ほうれんそうと コーンのサラダ	<b>10</b> ぶたすきどん みそしる かんきつのよてい	<b>11</b> たんたんめん きなこポテト かんきつのよてい	<b>12</b> わかめごはん さつまじる とりにくのたつたあげ
<b>15</b> ごはん ぶたじる いわしたつたあげ のりつくだに	<b>16</b> かくしよく チョコクリーム ポテトスープ だいずコロッケ	<b>17</b> ごはん あつあげちゅうかに しゅうまい いそあえ	<b>18</b> ゆであげシーフード スパゲティ チキンマリネサラダ	<b>19</b> チキンライス いわしカリカリフライ こまつなサラダ
<b>22</b> カレーライス あげいりおひたし	<b>23</b> よこわりバンズパン コーンシチュー ハンバーグ りんごのよてい	<b>24</b> にくいためどん みそしる かんきつのよてい	<b>25</b> しょうゆラーメン ごまみそポテト かんきつのよてい	<b>26</b> ビビンバ はるまき フルーツミックス
<b>29</b> 	<b>30</b> ロールパン アスパラクリームに ちゅうかサラダ りんごのよてい	<b>31</b> さんまかばやきどん みそしる おひたし	<b>1</b> さんさいうどん あおのりポテト みかんゼリー	<b>2</b> ふかがわめし みそしる ごまざんぎ

今月は、南の沢小の調理スタッフからのコメントをご紹介します。

800食の給食を5～6人の調理スタッフで作っています。



給食には、「鶏肉とじゃがいものソテー」、「ピラフのホワイトソース」「ほうとう風うどん」「ハッシュドビーフポテト」「ポテトスープ」などなど、色々な美味しいメニューがあります。1年間楽しみにしててくださいね。

廊下で会った時「給食美味しかったです。」「いつもありがとうございます。」と声をかけられると、とってもうれしくて、毎日大変でも頑張ろうと元気が出てきます。これからも美味しい給食を作るので、たくさん食べてくださいね。



大量の給食を作るので、手指をよく使います。また、重い物を持ちたり、運んだりという作業も多いので、足腰にも負担がかかります。給食調理は、力仕事で体力勝負です。手指、足…あちらこちら痛くなっていくのが、この仕事の大変なところです。おいしく食べて欲しいと願いながら、作っています。

この仕事をしていてうれしいことは、やはり「美味しかったです。」「給食大好きです。」など子どもたちから声をかけられる時です。作った給食の残量が少なかった時が、やはり何よりもうれしいです。

「いつも美味しい給食ありがとうございます。」「お仕事がんばってください。」と声をかけてくれて、とてもうれしいです。毎日の仕事の励みになっています。みなさんが喜んで食べられる姿を想像しながら、美味しい給食を作ります。

## 使用食品名一覧 (調味料は、主要な物のみ記載しています。)

青果物は天候等によって、入荷量及び価格が左右されるため、大量に使用する学校給食の場合、やむを得ず変更する場合があります。

ご理解、ご了承をどうぞよろしくお願い致します。

1(月)	鶏ごぼうご飯<胚芽精米、大麦、鶏肉、焼き豆腐、しょうが、油あげ、人参、ごぼう、油、しょうゆ、塩、みそ、さとう、ごま> みそ汁<豆腐、わかめ、長ねぎ、みそ、削り節、昆布> ぶりのスパイス揚げ<ぶり、しょうが、にんにく、しょうゆ、塩、酒、しょうが、にんにく、でん粉、小麦粉、カレー粉、チリパウダー、こしょう、揚げ油>
2(火)	ワンタンスープ<ワンタンの皮、豚肉、人参、ほうれん草、もやし、めんま、長葱、しょうが、にんにく、油、しょうゆ、塩、こしょう、豚骨、鶏がら、昆布、煮干し> ㊦たらフライ<すけそうだら、パン粉、バターミックス(小麦粉、ライ麦粉、コーンフラワー、増粘剤(グアーガム)、塩、こしょう、揚げ油>あさりのスパゲティサラダ<あさり、しょうが、スパゲティ、きゅうり、人参、ごま、ごま油、しょうゆ、酒、さとう、酢>
8(火)	マーボー豆腐<豆腐、豚肉、しょうが、にんにく、油、人参、長葱、椎茸、みそ、しょうゆ、さとう、ごま油、㊦豆板醤(唐辛子、塩、みそ、みりん、そら豆粉、酒精、調味料(アミノ酸等)、PH調整剤)、でん粉> ㊦ぎょうざ<豚肉、鶏肉、キャベツ、玉葱、長葱、粒状植物たんぱく(大豆)、にら、小麦粉、でん粉、さとう、しょうゆ、塩、酒、植物油脂、香辛料、揚げ油> もやしのナムル<ほうれん草、もやし、人参、しょうゆ、さとう、酢、唐辛子、ごま油、ごま>
9(水)	クリームシチュー<豚肉、じゃがいも、人参、玉葱、小麦粉、バター、油、牛乳、豆乳、スキムミルク、チーズ、塩、こしょう> ㊦ウインナーソーテ<鶏肉、豚脂肪、粉末水あめ、たん白加水分解物、塩、香辛料、酵母エキス、ポークエキス、ピロリン酸第二鉄)、ケチャップ、中濃ソース、ワイン、さとう> ほうれん草とコーンのサラダ<ほうれん草、もやし、コーン、ごま、ごま油、しょうゆ、さとう、酢>
10(水)	豚すき丼<豚肉、白滝、玉葱、たけのこ、ほうれん草、油、しょうゆ、さとう> みそ汁<厚揚げ、小松菜、みそ、削り節、昆布> 柑橘の予定
11(木)	担々麺<ソフトラーメン、豚肉、めんま、にんにく、もやし、玉葱、人参、長葱、小松菜、油、ごま、ねりごま、しょうゆ、みりん、酢、みりん、ごま油、ラー油、唐辛子、㊦豆板醤(唐辛子、塩、みそ、みりん、そら豆粉、酒精、調味料(アミノ酸等)、PH調整剤)、鶏がら、豚骨、昆布> きなこポテト<じゃがいも、油、きなこ、さとう> 柑橘の予定
12(金)	わかめごはん<胚芽精米、大麦、㊦わかめご飯の素(わかめ、塩、さとう)、ごま> さつま汁<鶏肉、さつまいも、豆腐、つきこんにゃく、人参、大根、ごぼう、ごぼう、長葱、油、みそ、削り節、昆布> 鶏肉の竜田揚げ<鶏肉、しょうゆ、酒、しょうが、小麦粉、でん粉、揚げ油>
15(月)	豚汁<豚肉、豆腐、じゃがいも、こんにゃく、人参、大根、玉葱、ごぼう、長葱、生姜、みそ、削り節、昆布> いわしの竜田揚げ<いわし、しょうが、しょうゆ、酒、小麦粉、でん粉、ごま、揚げ油> 海苔の佃煮<焼き海苔、ひじき、しょうゆ、さとう、酒、みりん、水あめ>
16(火)	ポテトスープ<㊦ベーコン(豚肉、塩、さとう)、じゃがいも、人参、玉葱、しょうゆ、塩、こしょう、鶏がら> ㊦大豆コロッケ<じゃがいも、大豆、玉葱、マッシュポテト、パン粉、小麦粉、植物油脂、でん粉、さとう、塩、香辛料、揚げ油> チョココリーム<豆乳、チョコレート、ココア、さとう、コーンスターチ>
17(水)	厚揚げ中華煮<厚揚げ、豚肉、人参、玉葱、たけのこ、枝豆、きくらげ、生姜、にんにく、油、しょうゆ、さとう、塩、ごま油、でん粉> ㊦しゅうまい<玉ねぎ、豚肉、牛肉、大豆たんぱく、酒精、さとう、しょうゆ、塩、ポークエキス、香辛料(白こしょう)、小麦粉、加工でん粉(タピオカ)> 磯あえ<ほうれん草、もやし、焼きのり、しょうゆ>
18(木)	ゆであげシーフードトマトソーススパゲティ<スパゲティ、オリーブオイル、㊦ベーコン(豚肉、塩、さとう)、えび、いか、あさり、玉葱、人参、セロリ、にんにく、油、小麦粉、カレー粉、ケチャップ、トマトピューレ、トマト水煮、しょうゆ、塩、こしょう、中濃ソース> チキンマリネサラダ<鶏肉、しょうが、でん粉、揚げ油/キャベツ、きゅうり、人参、ごま、しょうゆ、酒、塩、こしょう、さとう、酢>
19(金)	チキンライス<胚芽精米、大麦、バター、㊦ベーコン(豚肉、塩、さとう)、コーン、人参、玉葱、油、トマトジュース、ケチャップ、塩、こしょう> ㊦いわしかりかりフライ<まいわし、水あめ、たん白加水分解物、上白糖、しょうが、塩、みりん、乾燥マッシュポテト、でん粉、玄米粉、米粉パン粉、なたね油、パーム油、パン酵母、こしょう、揚げ油> 小松菜サラダ<㊦ハム(豚肉、でん粉、塩、さとう、香辛料、リン酸塩)小松菜、春雨、ひじき、ごま、しょうゆ、さとう、酢、ごま油、辛子>
22(月)	カレーライス<ごはん、豚肉、じゃがいも、人参、玉葱、セロリ、りんご、生姜、にんにく、油、小麦粉、カレー粉、㊦カレールウ(小麦粉、豚脂、さとう、塩、カレーパウダー、デキストリン、香辛料、ローストオニオンパウダー、しょうゆ加工品、脱脂大豆、ローストガーリックパウダー、玉葱エキス、小麦発酵調味料、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素、酸味料、香料)、中濃ソース、ケチャップ、しょうゆ> 揚げ入りおひたし<ほうれん草、もやし、かつお節、しょうゆ、さとう、みりん>
23(火)	コーンシチュー<コーン、㊦ベーコン(豚肉、塩、さとう)、じゃがいも、人参、玉葱、小麦粉、バター、油、牛乳、豆乳、スキムミルク、チーズ、塩、こしょう> ㊦ハンバーグ<牛肉、豚肉、玉葱、パン粉、卵、牛乳、調味料、揚げ油、中濃ソース> りんご
24(水)	にくいためどん<ごはん、豚肉、油、めんま、人参、もやし、ほうれん草、玉葱、りんご、しょうが、にんにく、ごま、でん粉、ごま油、しょうゆ、みりん、中濃ソース、さとう、㊦豆板醤(唐辛子、水あめ、塩、みそ、そら豆粉、酒精、調味料(アミノ酸等)、酸味料)> みそ汁<じゃがいも、にら、油揚げ、みそ、削り節、昆布> 柑橘の予定
25(木)	しょうゆラーメン<ソフトラーメン、豚肉、めんま、生姜、にんにく、㊦つと(たら、でん粉、塩、さとう)、もやし、玉葱、人参、めんま、長葱、ほうれん草、茎わかめ、油、しょうゆ、塩、こしょう、鶏がら、豚骨、昆布> ごまみそポテト<じゃがいも、揚げ油、みそ、さとう、みりん、ごま> 柑橘の予定
26(金)	ビビンバ<胚芽精米、大麦、豚肉、豆腐、めんま、長葱、しょうが、にんにく、人参、小松菜、もやし、ごま、油、しょうゆ、さとう、酢、ごま油、唐辛子、㊦豆板醤(唐辛子、水あめ、塩、みそ、そら豆粉、酒精、調味料(アミノ酸等)、酸味料)> ㊦春巻き<たけのこ、人参、豚肉、ひじき、油、しょうゆ、でん粉、さとう、酒、発酵調味料、オイスターソース、香辛料小麦粉、塩、でん粉、クエン酸Na、キシロース、揚げ油> フルーツミックス<みかん缶詰、夏みかん缶詰、りんご缶詰、桃缶詰、りんごジュース、オレンジジュース>
30(火)	アスパラのクリーム煮<アスパラ、㊦ベーコン(豚肉、塩、さとう)、玉葱、マカロニ、人参、油、小麦粉、バター、牛乳、豆乳、スキムミルク、チーズ、塩、こしょう> 中華サラダ(㊦ハム(豚肉、でん粉、塩、さとう、香辛料、リン酸塩)、春雨、きゅうり、もやし、コーン、人参、ごま、しょうゆ、酢、さとう、ごま油、辛子) りんご
31(水)	さんまかばやし丼<さんま、でん粉、小麦粉、揚げ油、ごま、しょうゆ、しょうが、さとう、酒、みりん> みそしる<豆腐、なめこ、長葱、みそ、削り節、昆布> おひたし<ほうれん草、もやし、糸かつお、しょうゆ>
1(木)	山菜うどん<ソフトめん、油揚げ、鶏肉、㊦つと(たら、でん粉、塩、さとう)、たけのこ、ふき、わらび、なめこ、干し椎茸、ほうれん草、長葱、しょうゆ、さとう、酒、みりん、酢、唐辛子、削り節、昆布> 青のりポテト<じゃがいも、揚げ油、塩、青のり> ㊦みかんゼリー<うんしゅうみかん果汁、さとう、さとうぶどう糖果糖液糖、ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料>
2(金)	深川飯<胚芽精米、大麦、あさり、しょうが、油揚げ、人参、ごぼう、葉大根、油、しょうゆ、さとう、塩> みそ汁<油揚げ、小松菜、みそ、削り節、昆布> ごまざんぎ<鶏肉、しょうが、にんにく、でん粉、ごま、しょうゆ、酒、揚げ油>

◆揚げ物の揚げ油は毎回新しい油ではなく、概ね複数回の使用となりますので、ご了承をよろしくお願い致します。

◆パンについて…ソフトフランスパン以外は、乳製品(脱脂粉乳)と、卵(全卵)の使用があります。

◆海産物全般について…海洋生物(小さなかに・えびなど)が混入している場合があります。

使用食品の詳細についてお知りになりたいものがあればお気軽にお申し付けください。

南の沢小 ☎571-1096  
栄養教諭 吉田

