

食物アレルギー対応食 今月の対応食はありません。	※対応食を希望される場合は、申請が必要です	- 各料理に使用している材料を行ごとに表示しています。 - アレルギー表示義務基準に「くるみ」が特定原材料として追加されたことに伴い、令和7年度よりアレルギー表示を8品目に変更しました。 各料理のアレルギー表示は8品目（越谷市の学校給食では、そば・落花生・くるみは不使用のため表示なし）について表示しています。 - 令和7年度より、一部のパンの配合変更に伴い、乳成分不使用のパンが増えました。 その他、注意事項は裏面をご覧ください。	裏面もご覧ください！
--	-----------------------	--	--

令和7年度5月分 学校給食献立表

越谷市教育委員会

Aブロック

日 曜	献立名	使 用 す る 食 品 名				アレルギー表示義務8品目 (そば・落花生・くるみは不使用) ※原材料の一部に含むものに○を表示しています。 卵 乳 小麦 えび かに	栄養価	
		(黄)おもにエネルギーのもとになる	(赤)おもに体をつくるもとになる	(緑)おもに体の調子を整えるもとになる	調味料他		小学校(中)	
							エネルギー (Kcal)	たんぱく質 (g)
29 木	ごはん 牛乳 てりやきハンバーグ けんちんじる しょうゆフレンチ	ごはん パンこ・米油・さとう・ばれいしょでんぶん じゃがいも・米油 米油	牛乳 とり肉・ぶた肉 とうふ・油あげ	たまねぎ だいこん・にんじん・ごぼう ながねぎ・こんにやく キャベツ・きゅうり・にんじん	しょうゆ・みりん しょうゆ・しお・にぼし・けずりぶし しょうゆ	○ ○ ○ ○ ○	619	22.0
★30 金	ごはん 牛乳 とうふのみそいため きりぼしだいこんのサラダ れいとうみかん	ごはん 米油・さとう・ばれいしょでんぶん 米油	牛乳 とうふ・ぶた肉・みそ	ながねぎ・たけのこ・にんじん にら・しょうが・にんにく きりぼしだいこん・きゅうり・にんじん みかん	しょうゆ しょうゆ	○ ○ ○	615	25.7
食物アレルギー対応食		※対応食を希望される場合は、申請が必要です	◎材料入荷の都合による献立変更はご了承下さい。 ◎ () 内の数は個数です。 ◎毎日、箸を忘れないようにしましょう。 ◎曜日を○で囲んである日は、箸とスプーンを用意しましょう。			平均栄養量	653	25.0
今月の対応食はありません。						基準 (3・4年生が基準になっています)	653	21.2～32.7

学校給食 食物アレルギー対応について

越谷市の学校給食では、食物アレルギーを持つ児童・生徒及び保護者の方に下記のような対応を行っています。

- (1)資料の提供(※1) ① 給食材料が詳細に書かれた献立表 ② 給食用物資の原料配合表(※2)
(2)給食内容の選択 ア、完全給食 イ、牛乳不飲 ウ、主食(御飯・パン・麺)のみ エ、副食(おかず)のみ オ、牛乳のみ
(3)対応食の提供(※1)
(4)「特定原材料」8品目(※3)を使用しない献立提供(該当する献立には★印がついています)

ただし、飲用牛乳と醤油(少量の小麦を含む)は使用し、食材料のみが該当します。希望の場合、★印献立のみの喫食が可能です。

※1…(1)(3)の情報は、越谷市ホームページ「こしがや子育てネット」に掲載しています。

※2…原料配合表には、業者からの開示されている情報(コンタミネーションを含む)のみを掲載しています。なお、コンタミネーションとは、食品を製造する際に、原材料としては使用していないにもかかわらず、特定原材料等が意図せずして最終加工食品に混入してしまうことです。

※3…「特定原材料」8品目とは、【卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに・くるみ】です。

◎越谷市の給食では、そば・落花生・くるみ・キウイフルーツ・メロン・アーモンド・卵入りパンは使用しておりません。

(但し、工場内で使用していることがあります。詳細は原料配合表のコンタミネーションをご覧ください。)

◎「特定原材料」8品目を使用しない献立実施日に同じ調理場の他のラインで「特定原材料」8品目を使用する場合があります。

◎調理場・調理従事者・調理機械・器具・食器等は、アレルギー専用ではなく、完全除去ではありません。

注意して調理しておりますが、同じ調理場内で調理しておりますのでご了承ください。

◎揚げ油は、濾過して数回使用しているため、アレルギーを含む原材料及び加工食品も調理しています。

◎丸ごと食べられる魚やその他の魚に関して、魚卵を含む場合があります。小魚や海そうには、えび・かにを含む場合があります。

◎業者から納品される原材料及び加工食品については、同一の製造ライン・同一工場内・同一製造工程で、他のアレルギーを含む食品を製造している場合があります。

◎加工食品等に含まれる割合が5%未満の原材料については表示していません。

この献立表には、加工食品等に含まれる全ての原材料を記載しているわけではありませんので、詳細は、※2の原料配合表をご覧ください。

【問い合わせ先】給食課 TEL：9 6 3－9 2 9 3

今月の越谷産情報

※生育状況により、産地を変更することがあります。

米(越谷産彩のきすな)
長ねぎ(中島・三野宮)
小松菜(相模町・小曽川)

【今月の郷土料理】
中部地方(愛知県・福井県・石川県)

◆みそカツ

とんかつに八丁みそを使ったみそ味のたれをかけて食べる愛知県の郷土料理です。八丁みそは大豆と塩だけで作り、水分が少なく長持ちしますが出来上がるまで3年ほどかかります。

◆打ち豆汁

福井県にある永平寺の行事で出された精進料理です。打ち豆は大豆を水につけて戻したものを、石臼の上に載せ、木づちでつぶして作ります。

◆めった汁

さつまいもを使った豚汁が特徴の石川県の郷土料理です。特に根菜類に決まりはない家庭料理で、やたらめったら具をいれるなど諸説があります。

給食だより5月

家族で読みましょう！

令和7年度

発行：越谷市教育委員会

甘辛い味付けで
ごはんが進む！

5月の献立よりレシピの紹介

肉井

作り方 (4人分)

- ① 豚小間肉は、酒につけておく。
- ② 玉ねぎは4mmの薄切り、人参は細せん切り、根生姜はみじん切りにする。
白滝は5cmの長さに切り、下茹でする。
- ③ ほうれん草はさつと茹でて、水で冷やし、2cmの長さに切る。水気はよく切っておく。
- ④ 鍋に水と◆の調味料、根生姜、豚小間肉、玉ねぎ、人参、白滝を入れ火が通るまで煮る。
- ⑤ 材料が煮えて味がなじんだら、火を止めてほうれん草を加える。
- ⑥ 温かいご飯に⑤を乗せて完成。

材料 (4人分)

温かいごはん	茶碗4杯分
豚小間肉	280g
酒	小さじ1
玉ねぎ	220g
白滝	140g
人参	50g
ほうれん草	60g
根生姜	3g
◆本みりん	小さじ1弱
◆砂糖	大さじ1強
◆醤油	大さじ2強
水	100cc

肉や野菜も一緒に摂取できて、家庭でも手に入れやすい食材を使っています。給食でも子ども達に人気の献立です！



1杯のお茶碗(ごはんの量約150g)には、何つぶのお米が入っているでしょうか。

①約900つぶ ②約1800つぶ ③約3200つぶ

※1杯のお茶碗(ごはんの量約150g)には、何つぶのお米が入っているでしょうか。
※③約3200つぶ

米を使った料理の紹介



きりたんぼ鍋

きりたんぼと野菜、地鶏を鍋で煮込んだ、秋田県の郷土料理



ビリヤニ

スパイスと米、肉や魚、野菜などを入れた混ぜご飯



フォー

米粉と水で作った、平たい麺を使った料理

お知らせ

子どもに人気の給食レシピを子育てネットにて掲載中！ ▶こしがや子育てネットのトップページから

親子で作ろう♪人気給食レシピ

検索

▶QRコードから

