

2025年5月 学校給食予定献立表

実施日 日(曜)	献立名	主な材料とその働き				栄養素	
		体を作る食品 (赤の食べ物)	エネルギーのもとになる食品 (黄色の食べ物)	体の調子を整える食品 (緑の食べ物)	調味料等	エネルギー (Kcal)	たん白 質(g)
1(木)	牛乳 抹茶揚げパン トマトと卵のスープ ジャーマンポテト	牛乳 うぐいすきな粉 卵 鶏肉 ベーコン	砂糖 ココア 牛乳 米油 でん粉 米油 じゃがいも 米油	にんじん ｷｬﾍﾞﾂ ﾀﾏﾈｷﾞ とうもろこし缶	抹茶 粗塩 粗塩 こしょう 鶏がら ｵｰﾚｰ 粗塩 こしょう	610	23.0
2(金)	牛乳 ちらし寿司 あじの野菜あんかけ かしわもち	牛乳 油揚げ 凍り豆腐 鶏肉 きさみのり あじ	砂糖 米 小麦粉 でん粉 砂糖 米油 かしわもち	にんじん 干しいたけ こまつな にんじん もやし	清酒 しょうゆ 粗塩 米酢 清酒 しょうゆ 粗塩 こしょう	700	30.4
7(水)	牛乳 ごはん 肉じゃが ビーフンと野菜の炒め物	牛乳 ごはん 生揚げ 豚肉 鶏肉	米 じゃがいも 砂糖 こんにゃく ビーフン ごま油 米油	にんじん たまねぎ こまつな にんじん ｷｬﾍﾞﾂ しょうが にんにく ねぎ	清酒 しょうゆ 寒干し しょうゆ 粗塩	609	22.1
8(木)	牛乳 バターロール アスパラガスの クリームパゲッティ イタリアンサラダ	牛乳 鶏肉 ベーコン 生卵 牛乳 鶏肉	バターロール 小麦粉 ｶﾍﾞﾂ 卵 米油 砂糖 ｸﾘｰﾑ 油 米油	ﾌｧﾝ ｸﾞﾗｽ にんじん たまねぎ にんじん ｷｬﾍﾞﾂ きゅうり	白ｸﾘｰﾑ 粗塩 こしょう ｵｰﾚｰ 粗塩 米酢 こしょう ｵｰﾚｰ	684	22.3
9(金)	牛乳 ごはん かつおの新たまねぎソースかけ 若竹煮 浅漬け	牛乳 ごはん かつお さつま揚げ 豚肉 わかめ	米 小麦粉 でん粉 砂糖 米油 砂糖 こんにゃく 米油	小ねぎ しょうが たまねぎ にんじん たけのこ ｷｬﾍﾞﾂ きゅうり	清酒 しょうゆ 米酢 清酒 しょうゆ 煮干し 粗塩	627	30.4
12(月)	牛乳 ごはん スタミナ焼肉 みそ汁	牛乳 ごはん 豚肉 豆腐 油揚げ 白みそ 赤みそ	米 でん粉 砂糖 米油 じゃがいも	にんじん ｴﾍﾞｰ しょうが たまねぎ にんにく ねぎ	清酒 本みりん しょうゆ こしょう 削り節	677	28.7
13(火)	牛乳 ケチャップライス 鶏肉のマリネ ジュシーフルーツ	牛乳 ベーコン 鶏肉 鶏肉	米 米油 小麦粉 でん粉 砂糖 米油 砂糖 ｸﾘｰﾑ 油 米油	ｸﾞﾘﾝﾃﾞｰｽ たまねぎ にんじん きゅうり たまねぎ ｼｭｰﾌﾞﾌﾙｰﾂ	白ｸﾘｰﾑ 粗塩 こしょう 鶏がら ﾄﾚｯﾁｬｯﾌﾟ ｵｰﾚｰ 清酒 粗塩 米酢 こしょう	618	23.4
14(水)	牛乳 かき揚げうどん きゃべつのごまあえ	牛乳 油揚げ 豚肉 あおのり 昆布 ちりめんじゃこ	小麦粉 でん粉 ゆでうどん 米油 砂糖 ごま	こまつな にんじん たまねぎ ねぎ 干しいたけ にんじん ｷｬﾍﾞﾂ もやし	本みりん しょうゆ 粗塩 削り節 しょうゆ 粗塩	657	24.9
15(木)	牛乳 ビーンズドライカレー じゃがいものスープ 手作りりんごゼリー	牛乳 大豆 豚肉 チーズ ベーコン	小麦粉 米 米油 じゃがいも でん粉 砂糖	にんじん たまねぎ とうもろこし缶 にんにく こまつな にんじん りんごｼﾞｬｰｽ	ｵｰｸﾞｰﾝｽ しょうゆ 粗塩 ｶｰﾎﾟ しょうゆ 粗塩 こしょう 削り節	694	27.4
16(金)	牛乳 ツイストパン ボークチーズカツ おしむぎのスープ コールスロー	牛乳 卵 豚肉 チーズ 鶏肉	ｸﾞﾚｲﾊﾝ 小麦粉 ｵｰﾂ 米油 押麦 米油 砂糖 米油	粗塩 粗塩 ｵｰｸﾞｰﾝﾔｲ にんじん たまねぎ もやし にんじん ｷｬﾍﾞﾂ きゅうり	粗塩 こしょう 粗塩 こしょう 鶏がら ｵｰﾚｰ 粗塩 米酢 こしょう	627	24.2
19(月)	牛乳 ごはん じゃがいものそぼろ煮 鶏肉とインゲンんの炒め物	牛乳 ごはん 鶏肉 豚肉 鶏肉	米 じゃがいも 砂糖 米油 米油	にんじん しょうが たまねぎ にんじん いんげん ｷｬﾍﾞﾂ	清酒 しょうゆ しょうゆ 粗塩 こしょう	601	22.2
20(火)	牛乳 わかめごはん ふわっかり揚げ キャベツとにらのおひたし そら豆	牛乳 油揚げ 鶏肉 わかめ 大豆 凍り豆腐 鶏肉	砂糖 米 小麦粉 でん粉 砂糖 ごま 米油	にんじん たけのこ 干しいたけ しょうが にら にんじん ｷｬﾍﾞﾂ そらまめ	清酒 しょうゆ 粗塩 清酒 しょうゆ しょうゆ 粗塩	652	27.2
21(水)	牛乳 しょうゆラーメン いろいろ野菜のナムル 抹茶マーブル蒸しパン	牛乳 豚肉 卵 チーズ 牛乳	砂糖 中華めん 米油 きり砂糖 ごま油 小麦粉 砂糖 米油	にんじん しょうが たけのこ ねぎ もやし にんじん ｷｬﾍﾞﾂ きゅうり 抹茶 粗塩 ベーキングﾊﾟｳﾀﾞｰ	しょうゆ 粗塩 こしょう 鶏がら 薄口しょうゆ 粗塩 抹茶 粗塩 米酢 こしょう	624	22.7
22(木)	牛乳 ビビンバ 五目スープ	牛乳 豚肉 豆腐 かまぼこ 鶏肉	砂糖 米 ごま油 ごま でん粉	こまつな にんじん しょうが にんにく もやし ｵｰｸﾞｰﾝﾔｲ にんじん たけのこ ねぎ 干しいたけ	清酒 しょうゆ ｷｬﾌﾞﾂ 清酒 しょうゆ 粗塩 削り節	596	25.7
23(金)	牛乳 コロケサンド ミネストラスープ	牛乳 豚肉 大豆 鶏肉	小麦粉 ｵｰﾂ 粉 じゃがいも こどもﾊﾝ 米油 ｵｰﾂ 米油	ｷｬﾍﾞﾂ たまねぎ ｷｬﾍﾞﾂ にんじん ｵｰﾂ たまねぎ にんにく	中濃ｼｬｰ 粗塩 こしょう 粗塩 こしょう 鶏がら ｵｰﾚｰ	668	23.2
26(月)	牛乳 カレーライス 鶏肉とキャベツのソテー	牛乳 豚肉 チーズ 鶏肉	米 小麦粉 じゃがいも 米 米油 米油	にんじん ｵｰﾂ たまねぎ にんにく にんじん ｷｬﾍﾞﾂ もやし	ｵｰｸﾞｰﾝｽ しょうゆ 粗塩 ｶｰﾎﾟ こしょう ｶﾞﾗｽ ｵｰｸﾞｰﾝ しょうゆ 粗塩 こしょう	680	21.6
27(火)	牛乳 ごはん さばのみそ煮 すまし汁 きゅうりの浅漬け	牛乳 ごはん さば 赤みそ 豆腐	米 砂糖 豆腐	しょうが こまつな にんじん ねぎ 干しいたけ にんじん きゅうり	清酒 本みりん しょうゆ 清酒 しょうゆ 粗塩 かつお節 粗塩	593	25.6
28(水)	牛乳 黒パン 蒸し鶏のトマトソースかけ 野菜スープ グリーンサラダ	牛乳 鶏肉 豚肉	黒パン 砂糖 米油 じゃがいも 米油 砂糖 米油	ｷｬﾍﾞﾂ しょうが たまねぎ にんにく ｵｰｸﾞｰﾝﾔｲ にんじん とうもろこし缶 もやし ﾋｰﾌﾞ ｷｬﾍﾞﾂ きゅうり たまねぎ	白ｸﾘｰﾑ 赤ｸﾘｰﾑ ｵｰｸﾞｰﾝ 中濃ｼｬｰ しょうゆ ｷｬﾌﾞﾂ 粗塩 こしょう 削り節 粗塩 米酢 こしょう	599	29.3
29(木)	牛乳 ポテトピラフ ちくわの香りブライ ブレンヂサラダ	牛乳 豚肉 ちくわ	じゃがいも 米 米油 小麦粉 ｵｰﾂ 粉 ごま 米油 砂糖 米油	にんじん たまねぎ とうもろこし缶 ﾊﾞﾀｰ にんじん ｷｬﾍﾞﾂ きゅうり	清酒 粗塩 こしょう 粗塩 こしょう 粗塩 米酢 こしょう	678	24.2
30(金)	牛乳 ブラワーロール 若鶏のグリーン煮 デンデンサイとコーンのソテー	牛乳 鶏肉 チーズ 牛乳 ベーコン	ﾌﾗﾜｰﾛｰﾙ 小麦粉 じゃがいも ｵｰﾂ 米油 米油	にんじん たまねぎ ｵｰｸﾞｰﾝ とうもろこし缶 もやし	白ｸﾘｰﾑ 粗塩 こしょう 鶏がら ｵｰﾚｰ 粗塩 こしょう	630	22.9
給食回数 20回						今月の栄養量	641
※材料は都合により変わる場合があります。						基準栄養量	21.1~ 32.5