

令和7年5月分

学 校 給 食 献 立 表

5/1 木 ～ 5/30 金

★は茶わんの日、◆は新献立のある日です

実 施 日	献 立 名	食 品 名	実 施 日	献 立 名	食 品 名
5/1 木	コッペパン 牛乳 レタスのスープ ミートサンド	【コッペパン 【とり肉、でんぶん、レタス、にんじん、干しいたけ、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ、塩、こしょう、〈水〉 【ぶたひき肉、牛ひき肉、ベーコン、たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく、油、ケチャップ、トマトピューレ、ウスターソース、赤ぶどう酒、とんかつソース、塩、こしょう	5/19 月 ★はし	ごはん 牛乳 みそ汁 豚肉とピーマンの炒め物	【米 【うすあげ、はくさい、たまねぎ、にんじん、ねぎ、みそ、けずりぶし、〈水〉 【ぶた肉、たけのこ、ピーマン、にんじん、土しょうが、にんにく、油、しょうゆ、三温糖、酒、でんぶ、〈水〉
5/2 金 ★はし	ゆかりご飯 牛乳 ゆばのすまし汁 春野菜のかきあげ かしわもち	【米、ゆかり粉 【とり肉、ゆば、はくさい、にんじん、ねぎ、しょうゆ、みりん、塩、けずりぶし、〈水〉 【ちくわ、たまねぎ、にんじん、たけのこ、アスパラガス、小麦粉、塩、〈水〉、油 【かしわもち	5/20 火 ★はし	ごはん 牛乳 ピリ辛肉じゃが ナムル	【米 【ぶた肉、つきこんにやく、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、ニラ、土しょうが、にんにく、白ごま、油、しょうゆ、赤だしみそ、三温糖、トウバンジャン、ごま油、〈水〉 【きゅうり、キャベツ、にんじん、しょうゆ、ごま油、塩
5/7 水	ケチャップライス 牛乳 ドリア風 フルーツミックス	【米、ケチャップ、バター、塩、〈水〉 【ベーコン、むきえび、いか、たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、油、牛乳、チーズソース、マーガリン、小麦粉、塩、白ぶどう酒、こしょう、〈水〉 【みかん、パイナップル、黄桃、シロップ	5/21 水 ★はし	ごはん 牛乳 すまし汁 ちぐさやきのりのつくだ煮	【米 【とり肉、かまぼこ、はくさい、えのきたけ、にんじん、ふ、しょうゆ、みりん、塩、けずりぶし、〈水〉 【たまご、ツナ、たまねぎ、にんじん、ねぎ、干しいたけ、油、塩 【のりのつくだ煮
5/8 木 ★はし	ごはん 牛乳 すまし汁 さばの塩焼き そくせきづけ	【米 【とり肉、とうふ、はくさい、えのきたけ、にんじん、ねぎ、ふ、しょうゆ、みりん、塩、けずりぶし、〈水〉 【さば、塩、油 【キャベツ、きゅうり、しょうゆ、塩	5/22 木 ★はし	ひじきごはん 牛乳 ごもくうどん おひたし	【米、めひじき、うすあげ、にんじん、しょうゆ、酒、みりん、塩、けずりぶし、〈水〉 【うどん、とり肉、つきこんにやく、うすあげ、ごぼう、にんじん、しめじ、ねぎ、しょうゆ、酒、みりん、けずりぶし、〈水〉 【はくさい、チンゲンサイ、しょうゆ、みりん、けずりぶし、〈水〉
5/9 金	バターパン 牛乳 ポトフ フライビーンズ	【バターパン 【ポークウインナー、たまねぎ、キャベツ、じゃがいも、にんじん、パセリ、油、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ、塩、こしょう、ペイリーフ、〈水〉 【だいず、でんぶ、砂糖、しょうゆ、油	5/23 金 はし	コッペパン 牛乳 焼豚スープ サーモンフライ ポイルキャベツ	【コッペパン 【やきふた、はるさめ、はくさい、にんじん、チンゲンサイ、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ、塩、こしょう、〈水〉 【鮭、塩、こしょう、小麦粉、〈水〉、パン粉、油、とんかつソース、ケチャップ 【キャベツ
5/12 月 ★はし	ごはん 牛乳 みそ汁 じゃが芋のひじき煮	【米 【とうふ、たまねぎ、こまつな、にんじん、みそ、けずりぶし、〈水〉 【ぶた肉、めひじき、ちくわ、じゃがいも、にんじん、油、しょうゆ、砂糖、みりん、けずりぶし、〈水〉	5/26 月 ★はし	ごはん 牛乳 すまし汁 豚肉とキャベツのみそ炒め	【米 【とうふ、はくさい、えのきたけ、にんじん、ねぎ、しょうゆ、みりん、塩、けずりぶし、〈水〉 【ぶた肉、酒、塩、こしょう、キャベツ、チンゲンサイ、にんじん、にんにく、油、みそ、赤だしみそ、しょうゆ、砂糖、〈水〉
5/13 火 はし	ミニこくとうパン 牛乳 和風スパゲティ アスパラの炒め物	【ミニこくとうパン 【スパゲティ、ベーコン、たまねぎ、しめじ、エリンギ、にんじん、油、ポーンストック、しょうゆ、塩、こしょう 【チキンウインナー、キャベツ、アスパラガス、油、しょうゆ、塩、こしょう	5/27 火	げんまいごはん 牛乳 カレー フレンチサラダ	【米、げんまい 【ぶた肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、にんにく、土しょうが、油、ポーンストック、小麦粉、マーガリン、純カレー粉、チャツネ、しょうゆ、ケチャップ、ウスターソース、塩、三温糖、こしょう、ペイリーフ、〈水〉 【キャベツ、アスパラガス、にんじん、セロリー、酢、サラダ油、砂糖、しょうゆ、塩、こしょう
5/14 水 ★はし	中華おこわ 牛乳 わかめのスープ 焼きぎょうざ	【米、もち米、とり肉、たけのこ、にんじん、干しいたけ、ポーンストック、しょうゆ、しょうゆ、みりん、酒、ごま油、塩、〈水〉 【とうふ、はくさい、にんじん、干しわかめ、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ、塩、〈水〉 【ぎょうざ、油	5/28 水 ★はし	ごはん 牛乳 みそ汁 さわらの香味焼き そくせきづけ	【米 【とうふ、うすあげ、たまねぎ、チンゲンサイ、にんじん、みそ、けずりぶし、〈水〉 【さわら、たまねぎ、にんにく、白ごま、とうがらし、しょうゆ、酒、砂糖、油 【きゅうり、しょうゆ、塩
5/15 木 ★はし	ごはん 牛乳 とりすき 焼きししゃも	【米 【とり肉、糸こんにやく、はくさい、たまねぎ、にんじん、しろねぎ、ふ、油、しょうゆ、三温糖 【ししゃも、油	5/29 木	チキンライス 牛乳 たまごスープ いかのマリネ	【米、とり肉、たまねぎ、にんじん、コーン、マッシュルーム、ケチャップ、トマトピューレ、油、塩、こしょう、〈水〉 【ベーコン、たまご、たまねぎ、にんじん、パセリ、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ、塩、こしょう、ペイリーフ、〈水〉 【いか、たまねぎ、きゅうり、にんじん、セロリー、しょうゆ、サラダ油、酢、砂糖、塩
5/16 金 ★はし	ごはん 牛乳 ホイコーロウ 切干大根のサラダ	【米 【ぶた肉、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、たけのこ、土しょうが、にんにく、油、赤だしみそ、しょうゆ、酒、塩、トウバンジャン、こしょう、ごま油、でんぶ、〈水〉 【きりぼしだいこん、きゅうり、にんじん、酢、しょうゆ、サラダ油、砂糖、塩	5/30 金	ミニあげパン 牛乳 中華風ごもく煮 あますあえ	【ミニパン、油、グラニュー糖 【ぶた肉、だいず、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、さやいんげん、干しいたけ、油、ポーンストック、しょうゆ、しょうゆ、三温糖、塩、でんぶ、〈水〉 【ツナ、きゅうり、干しわかめ、酢、砂糖、しょうゆ、みりん

●魚には骨がありますので、気を付けてよくかんで食べましょう。
●都合により献立を変更する場合がありますので、ご了承があります。

●あげパン以外のパンは、個包装にされたものが提供されます。持ち帰りは出来ません。
●毎月の給食だよりや献立表は、教育委員会のホームページからもご覧いただけます。



児童1人1回あたり
平均栄養量

	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	マグネシウム mg	鉄 mg	亜鉛 mg	ビタミンA μgRAE	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg	食塩 g
学年 1・2年	485	20.7	16.8	303	70	1.5	2.4	197	0.36	0.49	17	1.8
学年 3・4年	557	23.5	18.7	320	80	1.8	2.7	225	0.42	0.52	21	2.2
学年 5・6年	630	26.3	20.6	339	91	2.1	3	255	0.48	0.57	25	2.6