

令和7年 5月学校給食献立予定表

日	献立名	牛乳	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	その他	エネルギー たんぱく質 脂質
1 木	麦入りごはん			精白米、強化米、おおむぎ(米粒麦)			830 kcal
	焼きししやも		からふとししやも				30.1 g
	上州きんぴら		鶏、刻み昆布	しらたき、なたね油、三温糖	ごぼう、乾しいたけ、にんじん	醤油、みりん	20.6 g
	厚揚げのみそ汁		かつお節、みそ、生揚げ		にんじん、たまねぎ、葉ねぎ		
	牛乳	牛乳					
	柏餅			柏餅			
2 金	セルフドライカレーサンド		合挽肉	コッペパン、なたね油、三温糖	セロリ、にんじん、たまねぎ	にんにく、食塩、カレー粉、ビューレ、ワイン、胡椒、ソース、醤油、コンソメ	768 kcal
	大根とツナのサラダ		ツナ	なたね油	大根、にんじん、きゅうり、キャベツ	塩、こしょう、醤油、米酢	31.3 g
	牛乳	牛乳					32.3 g
	みかんゼリー					みかんゼリー	
7 水	麦入りごはん			精白米、強化米、おおむぎ(米粒麦)			737 kcal
	肉じゃが		豚肉	じゃがいも、しらたき、三温糖、なたね油	にんじん、たまねぎ	醤油、清酒、みりん	23.9 g
	キャベツの三色和え			ごま	キャベツ、ネーデル、にんじん	食塩、醤油	18.6 g
	牛乳	牛乳					
8 木	鶏の照り焼き丼		鶏肉	精白米、強化米、三温糖、じゃがいもでん粉	キャベツ	しょうが、醤油、みりん、塩	760 kcal
	沢煮椀		豚肉、生揚げ、かつお節、昆布	じゃがいもでん粉	ごぼう、にんじん、筍、えのきたけ	清酒、薄口醤油、食塩	36.1 g
	牛乳	牛乳					25.1 g
9 金	小型コッペパン			コッペパン			702 kcal
	焼きそば		豚肉	中華めん、なたね油	にんじん、たまねぎ、キャベツ、もやし、葉ねぎ	焼きそばソース、ウスターソース、食塩、こしょう	28.2 g
	玉ねぎとわかめのスープ		乾燥わかめ	じゃがいもでん粉	玉ねぎ、にんじん	鶏がらスープ、醤油、胡椒、食塩、コンソメ	19.6 g
	牛乳	牛乳					
12 月	麦入りごはん			精白米、強化米、おおむぎ(米粒麦)			739 kcal
	豚肉とごぼうのしぐれ煮		豚肉	しらたき、なたね油、三温糖	ごぼう、にんじん、しょうが	清酒、みりん、醤油	29.1 g
	もやしと油揚げのおかか和え		油揚げ、削り節	三温糖	もやしこまつな、にんじん	醤油、みりん	23.3 g
	牛乳	牛乳					
19 月	麦入りごはん			精白米、強化米、おおむぎ(米粒麦)			750 kcal
	豚肉と厚揚げのみそ炒め		豚肉、生揚げ、みそ	なたね油、三温糖、ごま油、じゃがいもでん粉	キャベツ、たまねぎ、乾しいたけ、にんじん、たけのこ、こまつな	醤油、にんにく、清酒、オイスターソース	28.2 g
	じゃがいものサラダ		ツナ	じゃがいも、ごま、なたね油	にんじん、きゅうり	食塩、胡椒、米酢、塩、薄口醤油	23.7 g
	牛乳	牛乳					
20 火	麦入りごはん			精白米、強化米、おおむぎ(米粒麦)			725 kcal
	津ぎょうざ		豚肉	ぎょうざの皮、ごま油、なたね油	キャベツ、にら	醤油、食塩、にんにく、しょうが	23.9 g
	春雨スープ		豚肉	緑豆はるさめ、なたね油、じゃがいもでん粉	もやし、チンゲンサイ、玉ねぎ、にんじん	食塩、鶏がらスープ、醤油、胡椒、野菜ブイヨン	21.3 g
	牛乳	牛乳					
21 水	カレーライス		豚肉	精白米、強化米、おおむぎ(米粒麦)、じゃがいも、なたね油	にんじん、たまねぎ、セロリ	カレー粉、フルフグナス、ワイン、コンソメ、胡椒、ウスターソース、にんにく、醤油	754 kcal
	こんにやくサラダ		ツナ	三温糖、ごま油	こんにやく、もやし、きゅうり、にんじん、大根	醤油、米酢、こしょう、食塩	21.6 g
	発酵乳	発酵乳					14.1 g
22 木	麦入りごはん			精白米、強化米、おおむぎ(米粒麦)			745 kcal
	鯉のごまがらめ		かつお	じゃがいもでん粉、なたね油、三温糖、ごま油、ごま		しょうが、醤油、清酒	36.7 g
	きゅうりの即席漬け			ごま油、三温糖	きゅうり	塩、醤油、米酢	17.6 g
	大根ともやしのみそ汁		乾燥わかめ、かつお節、みそ		大根、もやし、葉ねぎ		
	牛乳	牛乳					
23 金	コッペパン			コッペパン			739 kcal
	ポークシチュー		豚肉、普通牛乳、クリーム(乳脂肪)	じゃがいも、なたね油、バター	にんじん、たまねぎ	ローリエ、鶏がらスープ、ポタージュの素、塩、胡椒	29.0 g
	コールスロー			なたね油、三温糖	キャベツ、スイートコーン	米酢、食塩、胡椒	27.5 g
	牛乳	牛乳					

26 月	麦入りごはん		精白米、強化米、おおむぎ(米粒麦)			824 kcal
	豚肉のアングレーズ	豚肉	じゃがいもでん粉、なたね油、三温糖、パン粉		清酒、しょうが、ウスターソース	29.0 g
	ゆでキャベツ			キャベツ	食塩	27.8 g
	野菜スープ	パセリ	なたね油	玉ねぎ、にんじん、キャベツ	にんにく、コンソメ、食塩、胡椒	
	牛乳	牛乳				
27 火	麦入りごはん		精白米、強化米、おおむぎ(米粒麦)			729 kcal
	鯖の塩焼き	まさば			食塩	33.1 g
	キャベツの塩昆布和え	塩昆布		キャベツ	食塩	23.6 g
	けんちん汁	木綿豆腐、油揚げ、かつお節、白みそ	なたね油	大根、ごぼう、にんじん、葉ねぎ		
	牛乳	牛乳				
28 水	ピビンバ	豚肉	精白米、強化米、おおむぎ(米粒麦)、三温糖、ごま、なたね油、ごま油	葉ねぎ、こまつな、にんじん、もやし	にんにく、醤油、食塩、トウバンジャン	708 kcal
	豆腐入り中華スープ	パセリ、豆腐	ごま油、じゃがいもでん粉	にんじん、もやし、ぶなしめじ	食塩、胡椒、鶏がらスープ、中華スープの素、醤油	26.5 g
	牛乳	牛乳				22.8 g
29 木	麦入りごはん		精白米、強化米、おおむぎ(米粒麦)			704 kcal
	鯖の照り焼き	さわら			清酒、みりん、醤油、しょうが	35.1 g
	豆腐と玉ねぎのみそ汁	乾燥わかめ、木綿豆腐、かつお節、みそ		玉ねぎ、にんじん		18.3 g
	小松菜のおかか醤油和え	削り節		こまつな、にんじん、えのきたけ	食塩、醤油	
	牛乳	牛乳				
	米粉入りパン		米粉パン			731 kcal
	チキンビーンズ	鶏肉、大豆	なたね油、じゃがいも、三温糖	セロリ、たまねぎ、にんじん、トマト缶詰	ワイン、B-12、塩トケチャップ、ウスターソース、醤油、コンソメ、胡椒	33.0 g
	野菜の梅ドレッシングサラダ		なたね油、三温糖	キャベツ、にんじん、梅びしお	塩、米酢、胡椒	22.7 g
	牛乳	牛乳				

●使用食品成分表

柏餅
 糖類（グラニュー糖、麦芽糖）、小豆、もち粉調整品（もち粉、砂糖）、還元水あめ、上新粉、食塩、食用油脂
 炭酸Ca、グリセリン脂肪酸エステル、酵素、ピロリン酸鉄

みかんゼリー
 濃縮みかん果汁、食物繊維、砂糖、果糖、加工でんぷん、増粘多糖類、酸味料、ビタミンC、香料、水