

令和7年 5月 学校給食予定献立表(小学校)

に ち	よう び	こんだてめい ◆:よくかんでたべよう	エネルギーのもとになる (き)	からだをつくる (あか)	からだのちょうしをととのえる (みどり)	エネルギー (kcal)
						たんぱくしつ (g)
1	木	ごはん ぎゅうにゅう とりにくのバジルソースやき やさいのアーモンドあえ のっぺいじる	ごはん あぶら ノンエッグマヨネーズ アーモンド さとう さといも でんぷん	ぎゅうにゅう とりにく ハム(ふた) なまあげ	バジル ほうれんそう キャベツ パブリカ だいこん にんじん たまねぎ ねぶかねぎ	624
						28.7
2	金	まめごはん(むぎいり) ぎゅうにゅう さばのたつたあげ キャベツとささみのサラダ わかだけじる かしわもち	ごはん むぎ あぶら でんぷん ノンエッグマヨネーズ かしわもち	ぎゅうにゅう さば とりにく わかめ とうふ	グリーンピース ごぼう あおな しょうが きゅうり はねぎ キャベツ たけのこ たまねぎ にんじん	662
						28.3
7	水	ごはん ぎゅうにゅう やきぎょうざ(2こ) ほうれんそうのナムル じゃがとりキムチ	ごはん あぶら ごまあぶら さとう じゃがいも ぎょうざのかわ	ぎゅうにゅう とりにく ぎょうざのぐ(ふた)	ほうれんそう もやし にんにく たまねぎ こんにゃく にんじん はくさいキムチ にら	617
						21.5
8	木	ごはん ぎゅうにゅう かつおのしんたまソース しおこんぶあえ かきたまじる	ごはん あぶら でんぷん さとう	ぎゅうにゅう たまご ハム(とり) かつお とうふ こんぶ	しょうが たまねぎ にんじん にんにく キャベツ だいこん ねぶかねぎ えのきだけ こまつな	633
						35.5
9	金	ごはん ぎゅうにゅう ハンバーグおろしソース ポテトサラダ コンソメスープ	ごはん あぶら さとう でんぷん じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう ハンバーグ(とり・ふた) ウインナー(とり)	だいこん きゅうり にんじん たまねぎ もやし さやいんげん とうもろこし	660
						23.6
12	月	ごはん ぎゅうにゅう とりにくのからあげ こまつなのマヨしょうゆあえ こんさいじる	ごはん あぶら でんぷん こめこ ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう とりにく とうふ あぶらあげ みそ	しょうが こまつな もやし ねぶかねぎ ごぼう なましいたけ にんじん だいこん	628
						27.8
13	火	ごはん ぎゅうにゅう さわらのごまみそかけ やきふたとやさいのあえもの とりだんごのすましじる	ごはん あぶら さとう しろうごま でんぷん	ぎゅうにゅう さわら みそ やきふた とりだんご	キャベツ たまねぎ アスパラガス にんじん とうもろこし はねぎ だいこん	635
						33.9
14	水	ごはん ぎゅうにゅう ふたにくのブルコギ パンパンジーサラダ ラッキーはるさめスープ フルーツあんにとゼリー	ごはん あぶら しろうごま ドレッシング はるさめ さとう ゼリー	ぎゅうにゅう ふたにく とりにく なまあげ わかめ	キャベツ たまねぎ しょうが ほしいたけ さやいんげん きゅうり パブリカ にんじん チンゲンサイ もやし にんにく	643
						30.0
15	木	ごはん ぎゅうにゅう きびなごフライ◆ キャベツのうめあえ みそけんちんじる	ごはん あぶら さとう さといも じゃがいも でんぷん	ぎゅうにゅう きびなご ハム(ふた) とうふ あぶらあげ みそ	はねぎ だいこん もやし キャベツ ごぼう にんじん うめぼし	629
						28.8
16	金	とりとんぶり(むぎごはん) ぎゅうにゅう きんぴらごぼう◆ もやしのごますあえ	ごはん むぎ あぶら さとう しろうごま	ぎゅうにゅう ふたにく とりにく	さやいんげん にんじん パブリカ こまつな ねぶかねぎ こんにゃく たまねぎ もやし ごぼう	655
						27.5
19	月	ごはん ぎゅうにゅう だいすどじゃがいものかきあげ チンゲンサイのいそかあえ とんじる	ごはん あぶら じゃがいも こむぎこ さとう さといも	ぎゅうにゅう だいす ハム(とり) のり ふたにく みそ	たまねぎ キャベツ チンゲンサイ もやし だいこん はねぎ えのきだけ	609
						22.8
20	火	ごはん ぎゅうにゅう アルボンディガス スペインふうになんじんサラダ コシード	ごはん あぶら さとう オリーブゆ じゃがいも	ぎゅうにゅう ひよこまめ にくだんご(とり・ふた) ウインナー(ふた)	ねぶかねぎ にんにく さやいんげん たまねぎ にんじん キャベツ パセリ レモン はくさい トマト	626
						24.6
21	水	ごはん ぎゅうにゅう いかのねぎしおやき たくあんあえ ちくぜんに おちゃプリん	ごはん あぶら さとう プリン	ぎゅうにゅう いか とりにく	しょうが にんにく もやし ごぼう ねぶかねぎ こんにゃく れんこん たくあん たけのこ ほししいたけ ほうれんそう さやいんげん にんじん	642
						34.5
22	木	ごはん ぎゅうにゅう チースタッカルピ はるさめサラダ ミニぎょうざスープ	ごはん あぶら さつまいも さとう はるさめ ごまあぶら ぎょうざのかわ	ぎゅうにゅう チーズ とりにく ぎょうざのぐ(ふた)	にんにく たまねぎ キャベツ きゅうり チンゲンサイ だいこん にんじん はくさいキムチ	626
						23.2
23	金	ごはん ぎゅうにゅう あじのなんばんづけ こまつなのごまあえ えのきだけととりひきにくのみそじる	ごはん あぶら でんぷん さとう しろうごま さといも	ぎゅうにゅう あじ とりにく あぶらあげ みそ	たまねぎ こまつな もやし にんじん ごぼう えのきだけ はねぎ	618
						28.5
26	月	ごはん ぎゅうにゅう チキンカツ キャベツのレモンあえ たまねぎのみそじる	ごはん あぶら こむぎこ パンこ さとう じゃがいも	ぎゅうにゅう とりにく ハム(ふた) とうふ あぶらあげ みそ	きゅうり キャベツ とうもろこし レモン たまねぎ にんじん はねぎ	635
						30.6
27	火	ごはん ぎゅうにゅう ふたにくとだけのこのやきにくふういため こまつなのひねほんあえ いもだんごじる	ごはん あぶら さとう いもだんご しろうごま	ぎゅうにゅう ふたにく とりにく あぶらあげ	たけのこ ビーマン にら パブリカ こまつな だいこん たまねぎ ゆず もやし にんじん	631
						28.4
28	水	コッペパン ぎゅうにゅう とりにくのバーベキューソース(2こ) アスパラとツナのサラダ ミネストローネ	コッペパン あぶら さとう でんぷん ノンエッグマヨネーズ じゃがいも	ぎゅうにゅう とりにく ツナ ウインナー(ふた)	ねぶかねぎ しょうが りんご にんにく キャベツ トマト アスパラガス にんじん たまねぎ さやいんげん	671
						33.4
29	木	ごはん ぎゅうにゅう しろみぎかなのレモンソース ごぼうサラダ◆ ごまじる	ごはん あぶら でんぷん さとう ノンエッグマヨネーズ しろうごま	ぎゅうにゅう ホキ なまあげ みそ	レモン さやいんげん ごぼう なましいたけ もやし にんじん たまねぎ はねぎ	632
						26.3
30	金	ポークカレーライス(むぎごはん) ぎゅうにゅう ほうれんそうとコーンのソテー かいそうサラダ	ごはん むぎ あぶら さとう ごまあぶら じゃがいも こめコカレールウ	ぎゅうにゅう ハム(とり) かいそう ふたにく	ほうれんそう もやし たまねぎ とうもろこし レタス にんにく きゅうり パブリカ にんじん しょうが グリンピース	642
						24.6

※ 材料の都合等により、献立の一部を変更することがあります。

給食実施日については、各校の行事予定等でご確かめ下さい。

※ 食材料については主なもののみ記してあります。アレルギー等で食材料表が必要な方はセンターまでご連絡ください。

※ たつの市産(予定) …こめ・キャベツ・こまつな・だいこん・たまねぎ・チンゲンサイ・にら・はねぎ・バジル・ほうれんそう