



令和7年5月 学校給食予定献立表 (小学校)

※ 物資の都合等により変更する場合があります。

日	曜日	こんだてめい ★:防災献立 ◆: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)	からだのちようしをととのえる (みどり)	エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g)	
1	木	パン ぎゅうにゅう でりやきチキン スパゲティのケチャップソテー キャベツのスープに	パン さとう でんぶん スパゲティ あぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう とりにく ポークハム ウィンナー	にんじん たまねぎ キャベツ あおピーマン さやいんげん しめじ	670 28.9	
2	金	行事食【端午の節句】 ごはん ぎゅうにゅう さけのみそやき たけのこのガーリックマヨいため わかめスープ かしわもち	ごはん さとう マヨネーズ オリーブあぶら かしわもち	ぎゅうにゅう さけ しろみそ ベーコン わかめ とうふ とりにく	たけのこ アスパラガス たまねぎ にんじん ねぎ ににく ほうれんそう しょうが	669 30.5	
7	水	ごはん ぎゅうにゅう そぼろどん(セルフ) ★◆きりばしだいこんのサラダ じゃがいものみそしる	ごはん さとう あぶら じゃがいも ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく ツナ みそ ひじき わかめ あぶらあげ こうやどうふ	たまねぎ にんじん ねぎ さやいんげん しょうが コーン きりばしだいこん キャベツ えのきたけ こまつな ごぼう	651 23.9	
8	木	パン ぎゅうにゅう とりにくのマーマレードソース キャベツとハムのソテー ポークピーンズ	パン あぶら さとう じゃがいも	ぎゅうにゅう とりにく ポークハム だいす ぶたにく	ににく たまねぎ キャベツ もやし コーン パセリ みかん にんじん トマト	691 30.6	
9	金	ごはん ぎゅうにゅう ちくわのあまからあげ(2c) おかひじきのツナごまあえ とりだんごじる	ごはん こむぎこ パンこ さとう あぶら ごま でんぶん	ぎゅうにゅう ちくわ ツナ とうふ みそ あぶらあげ とりにく	おかひじき キャベツ にんじん たけのこ たまねぎ ねぎ ほうれんそう なましいたけ	650 24.6	
12	月	ごはん ぎゅうにゅう ホキのマスタードソース コールスローサラダ カレースープ	ごはん さとう でんぶん マヨネーズ あぶら じゃがいも こめこ	ぎゅうにゅう ホキ ぶたにく	キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ マッシュルーム えだまめ コーン チンゲンサイ	661 23.8	
13	火	ごはん ぎゅうにゅう ◆ぶたにくときりばしだいこんのしょうがいため ★ひじきとだいすのサラダ ★こうやどうふのみそしる	ごはん じゃがいも あぶら マヨネーズ	ぎゅうにゅう ぶたにく だいす ツナ こうやどうふ あぶらあげ わかめ みそ ひじき	しょうが きりばしだいこん キヤベツ にんじん たまねぎ ねぎ ほうれんそう ほしいたけ	679 27.3	
14	水	ごはん ぎゅうにゅう ハンバーグトマトソース しゃきしゃきポテトサラダ ◆げんまいスープ	ごはん さとう あぶら じゃがいも げんまい でんぶん オリーブあぶら	ぎゅうにゅう チキンハム とりにく ぶたにく	トマト きゅうり たまねぎ チンゲンサイ にんじん セロリ パセリ バジル コーン	699 25.0	
15	木	パン いちごジャム ぎゅうにゅう アスパラベーコン とりにくとだいすのケチャップに ★まぜまぜゼリー	パン さとう あぶら じゃがいも でんぶん	ぎゅうにゅう ベーコン とりにく だいす	アスパラガス チンゲンサイ にんじん しょうが たまねぎ キヤベツ もも なし みかん いちご	672 25.1	
16	金	ごはん ぎゅうにゅう ◆きびなごのからあげ もやしとニラのそぼろいため おやこに	ごはん でんぶん あぶら じゃがいも さとう	ぎゅうにゅう きびなご ぶたにく とりにく たまご こうやどうふ	もやし にら たまねぎ にんじん ほしいたけ ねぎ	685 28.2	
19	月	2025万博記念 世界の料理【スペイン】 ごはん ぎゅうにゅう アルボンティガス キヤロットサラダ コシード	ごはん さとう あぶら じゃがいも でんぶん オリーブあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく ひよこまめ ツナ ポークワインナー	マッシュルーム たまねぎ にんじん チンゲンサイ レモン コーン トマト あおピーマン きパプリカ しめじ さやいんげん キヤベツ ににく	688 25.0	
20	火	ごはん ぎゅうにゅう とりにくのしょうがやき じゃがいものうめかあえ うのはなみそしる	ごはん マヨネーズ じゃがいも	ぎゅうにゅう とりにく チキンハム とうふ かつおぶし おから あぶらあげ わかめ みそ	しょうが きゅうり たまねぎ こまつな ねぎ なましいたけ うめ しそ にんじん	673 26.8	
21	水	ごはん ぎゅうにゅう さばのごまだれかけ ◆ちくぜんに すまじる	ごはん ごま さとう でんぶん あぶら	ぎゅうにゅう さば ちくわ あぶらあげ とりにく わかめ とうふ	しょうが たけのこ こんにゃく ごぼう にんじん さやいんげん たまねぎ えのきたけ ねぎ	643 26.9	
22	木	パン ぎゅうにゅう じゃがいものみそマヨネーズやき ◆ごぼうサラダ ガーリックスープ	パン じゃがいも あぶら マヨネーズ さとう ごま オリーブあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ ひじき とりにく ベーコン	たまねぎ にんじん パセリ ごぼう きゅうり なましいたけ チンゲンサイ ににく コーン	680 22.6	
23	金	カレーライス ぎゅうにゅう やきワインナー(2c) ◆いとこんサラダ	ごはん じゃがいも あぶら さとう こむぎこ ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく ポークワインナー ツナ	たまねぎ にんじん ににく しょうが いとこんにゃく きゅうり さやいんげん	685 21.5	
26	月	給食はありません					
27	火	ごはん ぎゅうにゅう マーボーあつあげ パンバンジーサラダ ワンタンスープ	ごはん でんぶん あぶら さとう ごま こむぎこ ごまあぶら	ぎゅうにゅう あつあげ ぶたにく みそ とりにく	たまねぎ たけのこ ねぎ ににく きゅうり キヤベツ にんじん もやし えのきたけ こまつな しょうが にら	653 27.1	
28	水	ごはん ぎゅうにゅう かますのなんばんづけ ◆こんぶのきんぴら しおこうじとりじゃが	ごはん でんぶん あぶら さとう じゃがいも ごまあぶら あまざけ	ぎゅうにゅう かます ぶたにく とりにく こんぶ あつあげ	たまねぎ にんじん こまつな あおピーマン さやいんげん ごぼう いとこんにゃく	673 20.9	
29	木	パン ぎゅうにゅう とりにくのコーンフレークやき おかひじきのレモンサラダ キャロットクリームスープ	パン マヨネーズ バター コーンフレーク さとう あぶら じゃがいも こめこ	ぎゅうにゅう とりにく ツナ ベーコン	おかひじき レタス キヤベツ にんじん たまねぎ パセリ レモン	680 26.4	
30	金	ごはん ぎゅうにゅう ◆かつおだいすのみそがらめ おからサラダ そうめんじる	ごはん でんぶん あぶら さとう マヨネーズ そうめん	ぎゅうにゅう かつお みそ おから チキンハム あぶらあげ ちくわ だいす	しょうが さやいんげん チンゲンサイ たまねぎ なましいたけ ねぎ にんじん	670 27.1	