

# 令和8年5月 学校給食献立表



★個数物の数字(幼・小・中)

日曜日	こんだて			食品と働き			栄養価	
	しゅしょく	牛乳	おかず	血・肉・骨などの体をつくる(赤)	熱や力になる(黄)	体の調子をととのえる(緑)	エネルギー kcal	たんぱく質 g
				1群・2群	5群・6群	3群・4群		
1 金	★こどもの日献立★ むぎごはん	牛乳	ポークカレー コーンサラダ こどもの日ゼリー	牛乳 ぶたにく	こめ むぎ 油 さとう じゃがいも カレールウ コーンクリームドレッシング	たまねぎ・にんじん・グリーンピース にんにく・しょうが・ブロッコリー・カリフラワー キャベツ・きゅうり・とうもろこし	(小)636 (中)814	22.3 31.4
7 木	きなこあげパン	牛乳	オニオンスープ ミートボールトマトソース イタリアンサラダ	牛乳 きなこ ベーコン ミートボール	米粉ツイストパン 油 さとう イタリアンドレッシング	はくさい・たまねぎ・ほうれんそう とうもろこし・パセリ・カリフラワー ブロッコリー・キャベツ・にんじん・きゅうり	630 806	21.8 30.7
8 金	じごなうどん	ジョア プレーン	さんさいうどんしる イカフリッター キャベツのごまみそあえ	ジョア とりにく かまぼこ 油あげ いか みそ	地粉うどん 油 さとう ごま	わらび・みずな・えのき・うど・なめこ たけのこ・たまねぎ・しいたけ・キャベツ ほうれんそう・もやし・にんじん	636 814	27.2 38.3
11 月	あおなごはん	牛乳	だいこんのみそしる ボラのてりやき おかかあえ	牛乳 とうふ みそ ボラ かつおぶし	こめ 油 さとう	あおな・キャベツ・たまねぎ・だいこん ほうれんそう・はくさい・にんじん もやし	621 794	22.8 32.1
12 火	くろぱん	牛乳	スパゲッティナポリタン アンサンブルエッグ フレンチサラダ	牛乳 ウインナー たまご	くろパン 油 さとう スパゲッティ じゃがいも フレンチドレッシング	たまねぎ・にんじん・ピーマン・マッシュルーム にんにく・トマト・キャベツ・きゅうり カリフラワー・とうもろこし	630 806	20.4 28.7
13 水	げんまいいりごはん	牛乳	かんこくのり はっぼうさい はるさめサラダ	牛乳 のり ぶたにく いか エビ	こめ 油 さとう でんぷん はるさめ	にんじん・はくさい・たまねぎ たけのこ・こまつな・しいたけ・しょうが キャベツ・もやし・きゅうり・きくらげ	633 810	24.9 35.1
14 木	★八十八夜献立 たけのこごはん	牛乳	なめこじる カツオカツ おちゃプリン	牛乳 とりにく 油あげ みそ カツオ	こめ もちごめ 油 さとう こんにやく プリン	たけのこ・にんじん・グリーンピース しいたけ・なめこ・ねぎ・だいこん たまねぎ・ほうれんそう	640 819	25.7 36.2
15 金	ごはん	牛乳	じゃがいものそぼろに ささかまぼこしょうがやき しおこんぶあえ	牛乳 あつあげ ぶたにく ささかまぼこ こんぶ	こめ 油 さとう じゃがいも でんぷん ごま油	にんじん・たまねぎ・グリーンピース しょうが・キャベツ・ほうれんそう きゅうり・もやし	644 824	24.1 33.9
18 月	むぎごはん	牛乳	ちゅうかふうコーンスープ やきぎょうざ ビビンバふうソテー	牛乳 ベーコン ぎょうざ ぶたにく みそ	こめ むぎ 油 さとう	とうもろこし・たまねぎ・はくさい・パセリ にんにく・しょうが・だいずもやし もやし・ほうれんそう・にんじん	633 810	21.1 29.7
19 火	こどもパン スライス	ヨー 牛乳	はくさいのクリームスープ ハンバーグデミグラスソース サイダーゼリーポンチ	ヨー牛乳 牛乳 とりにく ハンバーグ	こどもパン 油 さとう シチュウルウ ゼリー	はくさい・いんげん・たまねぎ・しめじ にんじん・マッシュルーム・トマト みかん・パイナップル・もも	659 843	24.6 34.6
20 水	ごはん	牛乳	にくじゃが ねぎたまやき しょうがじょうゆあえ	牛乳 ぶたにく たまご	こめ 油 さとう じゃがいも しらたき	にんじん・たまねぎ・いんげん・ねぎ はくさい・こまつな・もやし・しょうが	634 811	22.9 32.2
21 木	わかめごはん	牛乳	とりごぼうじる いわしのみぞれに たくあんあえ	牛乳 わかめ とりにく とうふ みそ いわし	こめ 油 さとう こんにやく	ほうれんそう・ごぼう・だいこん キャベツ・きゅうり・にんじん たくあん	630 806	26.3 37.0
22 金	ちゅうかめん	牛乳	キムチラーメンしる はるまき きゅうりのちゅうかあえ	牛乳 ぶたにく みそ はるまき	中華めん 油 さとう ごま ごま油	はくさい・にんじん・もやし・にら ねぎ・にんにく・しょうが・だいこん ほうれんそう・キャベツ・きゅうり	639 817	24.3 34.2
25 月	ごはん	牛乳	ふりかけ とんじる チキンなんばん からしあえ	牛乳 ふりかけ ぶたにく 油あげ みそ とりにく	こめ 油 さとう じゃがいも こんにやく	ごぼう・だいこん・にんじん・こまつな ねぎ・とうもろこし・ほうれんそう キャベツ・きゅうり	635 812	25.8 36.3
26 火	コッペパン スライス	牛乳	サンラータン ウインナーのケチャップあえ やきそば	牛乳 とりにく だいず とうふ ウインナー ぶたにく	コッペパン 油 さとう 中華めん	しいたけ・きくらげ・えのき・こまつな たまねぎ・しょうが・にんじん キャベツ・にら・にんにく	649 830	27.5 38.7
27 水	コーンピラフ	牛乳	チキンナゲット オーロラサラダ レモンゼリー	牛乳 ハム チキンナゲット	こめ もちごめ 油 さとう ゼリー サウザンアイランドドレッシング	とうもろこし・たまねぎ・にんじん マッシュルーム・グリーンピース・にんにく キャベツ・カリフラワー・きゅうり・レモン	650 832	20.0 28.2
28 木	むぎごはん	牛乳	チキンハヤシ ポテトサラダ げんきヨーグルト	牛乳 とりにく ヨーグルト	こめ むぎ 油 さとう でんぷん じゃがいも ハヤシルウ ノンエッグマヨネーズ	たまねぎ・にんじん・しめじ・グリーンピース にんにく・しょうが・マッシュルーム・えのき キャベツ・にんじん・きゅうり・とうもろこし	659 843	21.2 29.8
29 金	ごはん	牛乳	たまねぎのみそしる たらいそべたつたあげ しゃくしなとぶたにくのいためもの	牛乳 油あげ とうふ みそ のり たら ぶたにく	こめ 油 さとう ごま	たまねぎ・しめじ・ほうれんそう キャベツ・もやし・にんじん しゃくしなづけ	659 843	25.9 36.5

※食材などの都合により献立を変更する場合がありますが、ご了承ください。



今月の皆野町・秩父郡市産  
○たまねぎ ○しめじ ○きゅうり ○しゃくしなづけ ○みそ ○しょうゆ

