

令和7年 5月

学校給食献立表



皆野町学校給食センター

★個数物の数字(幼・小・中)

日	曜日	こ ん だ て			食 品 と 働 き			栄 養 価	
					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
		しゅしょく	牛乳	お か ず	1群・2群	5群・6群	3群・4群		
1	木	きなこあげパン	牛乳	オニオンスープ にくだんごけチャップソース②②③ コーンサラダ	牛乳 きなこ ベーコン にくだんご	コッペパン 油 さとう コーンクリームドレッシング	はくさい・ほうれんそう・たまねぎ・パセリ とうもろこし・ブロッコリー・カリフラワー にんじん・キャベツ・きゅうり	(小)643 (中)829	24.7 34.8
2	金	★こどもの日献立 むぎごはん	牛乳	チキンカレー コールスローサラダ こどもの日デザート	牛乳 とりにく	こめ むぎ 油 さとう じゃがいも カレールウ コールスロートレッシング たいやき	たまねぎ・にんじん・グリーンピース・トマト にんにく・しょうが・キャベツ・きゅうり とうもろこし	667 853	24.7 34.8
7	水	げんまいいり ごはん	牛乳	かんこくのり ちゅうかどんのぐ ツナサラダ	牛乳 のり いか エビ ぶたにく シーチキン	こめ 油 さとう ごま油 でんぷん ノンエッグマヨネーズ	はくさい・たまねぎ・にんじん・たけのこ こまつな・しいたけ・グリーンピース・しょうが キャベツ・きゅうり・ブロッコリー・とうもろこし	636 814	25.0 35.2
8	木	ごはん	牛乳	じゃがいものそぼろに ねぎたまやき しょうがじょうゆあえ	牛乳 ぶたにく あつあげ たまご	こめ 油 さとう じゃがいも でんぷん	にんじん・たまねぎ・グリーンピース しょうが・ねぎ・キャベツ・こまつな きゅうり	632 808	25.1 35.3
9	金	じごなうどん	ジョア プレーン	さんさいうどんしる イカのフリッター② キャベツのごまあえ	ジョア あぶらあげ とりにく かまぼこ イカ みそ	地粉うどん 油 さとう ごま	にんじん・わらび・ぜんまい・たけのこ・ふき えのき・きくらげ・たまねぎ・こまつな しいたけ・キャベツ・ほうれんそう・もやし	635 812	27.1 37.9
12	月	あおなごはん	牛乳	とんじる サバのレモンてりやき ほうれんそうのいそかあえ	牛乳 ぶたにく あぶらあげ みそ サバ のり	こめ 油 さとう さといも こんにやく	ごぼう・だいこん・にんじん・こまつな ほうれんそう・キャベツ・きゅうり とうもろこし・レモン	653 835	25.3 35.4
13	火	しよくパン	牛乳	クリームゴールド スパゲティーナポリタン 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	しよくパン 油 さとう スパゲッティー クリームゴールド 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・トマト にんにく・マッシュルーム・キャベツ カリフラワー・きゅうり・とうもろこし	661 846	21.0 29.6
14	水	★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 みそ あぶらあげ カツオ	こめ もちごめ 油 さとう おちゃプリン	なめこ・ねぎ・だいこん・たまねぎ ほうれんそう・たけのこ・にんじん グリーンピース・しいたけ	650 832	26.3 37.0
15	木	ごはん	牛乳	わかめスープ ぎょうざ②②③ ビビンバふうソテー	牛乳 わかめ とうふ ぎょうざ ぶたにく みそ	こめ 油 さとう ごま ごま油	しめじ・たまねぎ・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	631 807	24.4 34.4
16	金	むぎごはん	牛乳	ポークハヤシ ポテトサラダ げんきヨーグルト	牛乳 ぶたにく 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・きゅうり・とうもろこし	663 848	26.8 37.7
19	月	ごはん	牛乳	にくじゃが ささかまぼこのみりんやき たくあんあえ	牛乳 ぶたにく ささかまぼこ	こめ 油 さとう じゃがいも しらたき ごま	にんじん・たまねぎ・いんげん しょうが・キャベツ・きゅうり たくあん	665 851	26.1 36.8
20	火	★植樹祭お祝い献立 森のきのこピラフ	牛乳	やさいコロッケ ブロッコリーサラダ メープルプリン	牛乳 ウインナー コロッケ	こめ もちごめ 油 バター さとう かおりごまドレッシング じゃがいも メープルプリン	しめじ・まいたけ・とうもろこし・たまねぎ グリーンピース・にんにく・ブロッコリー・カリフラワー キャベツ・きゅうり・にんじん	662 847	19.5 27.4
21	水	ごはん	牛乳	ふりかけ とりごぼうじる いわしみぞれに しおこんぶあえ	牛乳 ふりかけ とりにく あぶらあげ みそ いわし こんぶ	こめ 油 さとう こんにやく ごま油	こまつな・ごぼう・だいこん キャベツ・ほうれんそう・にんじん きゅうり	641 820	25.9 36.5
22	木	コッペパン スライス	牛乳	だいずフレークのサンラータン ウインナーけチャップあえ やきそば	牛乳 ハム とうふ だいず 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・ほうれんそう しょうが・にんじん・キャベツ・にんにく にら	642 821	26.8 37.5
23	金	ちゅうかめん	牛乳	キムチラーメンしる タコがたたこやき だいこんのちゅうかあえ	牛乳 ぶたにく みそ タコがたたこやき	中華めん 油 さとう ごま ごま油	キムチ・にんじん・もやし・とうもろこし にら・にんにく・しょうが・だいこん ほうれんそう・キャベツ	625 800	24.8 34.7
26	月	わかめごはん	牛乳	けんちんじる とりにくのみそだれ②②③ わふうサラダ	牛乳 とうふ わかめ みそ とりにく	こめ 油 さとう こんにやく ごま油 さといも わふうドレッシング	だいこん・にんじん・ごぼう・こまつな ほうれんそう・キャベツ・きゅうり とうもろこし	630 806	23.3 32.8
27	火	こどもパン スライス	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	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	647 828	25.6 36.0
28	水	ごはん	牛乳	わかたけじる タラのカレーたつたあげ しゃくしなとぶたにくのいためもの	牛乳 とうふ みそ わかめ タラ ぶたにく	こめ 油 さとう ごま	たまねぎ・たけのこ・ねぎ・キャベツ もやし・にんじん・しゃくしな	657 840	27.6 38.6
29	木	しよくパン	牛乳	マーマレードジャム やさいスープ とりにくのマヨネーズやき イタリアンサラダ	牛乳 とりにく	しよくパン 油 さとう マーマレードジャム イタリアンドレッシング パン粉 ノンエッグマヨネーズ	たまねぎ・はくさい・にんじん・パセリ ブロッコリー・にんにく・アスパラガス カリフラワー・キャベツ・きゅうり とうもろこし	635 812	27.2 38.3
30	金	ごはん	牛乳	さいのくにこつぶなっとう すきやきふうに うめかつおあえ	牛乳 なっとう ぶたにく とうふ かつおぶし	こめ 油 さとう しらたき	ねぎ・たまねぎ・こまつな・キャベツ きゅうり・にんじん・ブロッコリー うめぼし	647 828	23.1 32.5

※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

○しめじ ○きゅうり ○しゃくし菜漬け ○みそ ○しょうゆ