

令和8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	金	あなごちらしすし(むぎいり) きゅうにゅう ちくわのてんぷら(2ほん) しおこんぶあえ だんごいりすましじる こどものひせりー	ごはん むぎ あぶら こむぎこ さとう しらたまだんご ゼリー	ぎゅうにゅう あなご ちくわ あぶらあげ こんぶ	キャベツ はくさい えのきたけ にんじん きゅうり たけのこ はねぎ だいこん たまねぎ	645 21.1
7	木	ごもくごはん(むぎいり) きゅうにゅう さばのしおやき アスパラガスといんげんのかつおあえ とりだんごのみそしる	ごはん むぎ あぶら さとう	ぎゅうにゅう さば とりだんご とうふ みそ かつおぶし	もやし さやいんげん たまねぎ たけのこ アスパラガス しめじ はねぎ にんじん こんにゃく	624 30.5
8	金	ごはん きゅうにゅう ハンバーグブラウンほうソース ごほうサラダ とうにゅうコーンスープ	ごはん あぶら さとう ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう ハンバーグ(ぶた・とり) ハム(ぶた) とりにく とうにゅう	さやいんげん マッシュルーム たまねぎ にんじん とうもろこし パセリ ごほう	625 24.0
11	月	ごはん きゅうにゅう とりにくのケチャップいため コロコロサラダ カレーピーンズ	ごはん あぶら じゃがいも さとう ノンエッグマヨネーズ ドレッシング こめカレールー	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく ハム(とり) だいず	パプリカ(あか) しょうが にんにく きゅうり だいこん ビーマン とうもろこし たまねぎ えだまめ にんじん	611 29.3
12	火	おやこどんぶり(むぎごはん) ぎゅうにゅう おさかなすりみカツ もやしのうめごまあえ	ごはん むぎ あぶら さとう でんぶん しろごま パンこ	ぎゅうにゅう たまご とりにく カツのく(たら)	もやし にんじん はねぎ たまねぎ うめぼし アスパラガス	672 29.5
13	水	ごはん きゅうにゅう にくしゅうまい(2こ) ナムル マーボーどうふ	ごはん あぶら しゅうまいのかわ さとう でんぶん ごまあぶら しろごま	ぎゅうにゅう しゅうまいのく(ぶた) とりにく とうふ みそ	だいずもやし たまねぎ たけのこ ほししいたけ しょうが ねぶかねぎ にんにく パプリカ(あか) にら ほうれんそう	607 22.3
14	木	ごはん きゅうにゅう めかじきのガーリックバターじょうゆ むしささみあえ がんもとじゃがいものうまに	ごはん あぶら さとう こむぎこ じゃがいも にゅうふしょうマーガリン	ぎゅうにゅう めかじき とりにく がんもとき ぶたにく	にんにく こまつな キャベツ しょうが たまねぎ こんにゃく にんじん さやいんげん	629 29.9
15	金	ごはん きゅうにゅう チキンカツ かんぴょうのいために ちゃんこじる	ごはん あぶら さとう こむぎこ パンこ	ぎゅうにゅう かまぼこ いか きゅうにく ぶたにく とりにく	かんぴょう しょうが はくさい ほししいたけ もやし ねぶかねぎ たまねぎ えのきたけ にんじん さやいんげん	606 29.3
18	月	ごはん きゅうにゅう ぶたにくとたけのこのごますいため ツナとはくさいのあえもの だいずのいそに	ごはん あぶら じゃがいも さとう でんぶん しろごま	ぎゅうにゅう ぶたにく ツナ だいず とりにく ひじき	たけのこ ねぶかねぎ しょうが はくさい しめじ にんじん たまねぎ こんにゃく さやいんげん ほうれんそう	613 27.7
19	火	ナン きゅうにゅう ひよこまめのミートソース だいこんサラダ にくだんごとマカロニのスープ	ナン あぶら マカロニ ノンエッグマヨネーズ でんぶん ビーフルウ	ぎゅうにゅう ぶたにく きゅうにく ハム(とり) ひよこまめ にくだんご(ぶた・とり)	たまねぎ だいこん もやし はくさい アスパラガス パセリ	606 27.2
20	水	ごはん きゅうにゅう さけのにんにくみそだれ キャベツのゆずかあえ にくじゃが	ごはん あぶら じゃがいも さとう でんぶん	ぎゅうにゅう さけ きゅうにく みそ ハム(ぶた)	ねぶかねぎ しょうが ゆず にんにく キャベツ たまねぎ こんにゃく にんじん パプリカ(き)	614 31.5
21	木	ごはん きゅうにゅう かみかみかきあげ◆ うめおかあえ けんちんじる	ごはん あぶら こむぎこ ごまあぶら	ぎゅうにゅう いか とりにく だいず なまあげ ちくわ かつおぶし	こんにゃく うめぼし ごほう たまねぎ レタス だいこん にんじん えのきたけ はねぎ	604 24.5
22	金	ごはん きゅうにゅう ぎゅうにくのしくれに ハムとわかめのあえもの とんじる いちごクレープ	ごはん あぶら さとう さといも クレープ	ぎゅうにゅう ぎゅうにく ハム(とり) みそ あぶらあげ ぶたにく わかめ	しょうが ねぶかねぎ もやし レモン だいこん はねぎ こんにゃく はくさい	649 26.1
25	月	ごはん きゅうにゅう いわしのみりんほしやき◆ ひじきとだいずのにもの じゃがぶたキムチ	ごはん あぶら じゃがいも さとう	ぎゅうにゅう いわし ぶたにく だいず ひじき	たまねぎ だいこん こんにゃく にら たけのこ さやいんげん にんじん はくさいキムチ	614 29.4
26	火	コッペパン いちごジャム きゅうにゅう コロッケ アスパラベーコン ラッキークリームスープ	コッペパン あぶら パンこ こむぎこ バター ジャム じゃがいも	ぎゅうにゅう コロッケのぐ(ぶた) とりにく ベーコン	しめじ たまねぎ とうもろこし にんじん アスパラガス パセリ	618 24.2
27	水	ごはん きゅうにゅう とうふハンバーグトマトソース くきわかめとごほうのサラダ◆ いもだんごじる	ごはん あぶら でんぶん さとう しろごま いもだんご ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう ハンバーグ(ぶた・とり・とうふ) あぶらあげ ハム(ぶた) くきわかめ	ごほう はくさい トマト はねぎ パセリ たまねぎ	619 23.8
28	木	ごはん きゅうにゅう とりにくのすぶたふう ちゅうかあえ ミニぎょうざスープ	ごはん あぶら じゃがいも さとう でんぶん ごまあぶら ぎょうざのかわ	ぎゅうにゅう とりにく ぎょうざのぐ(ぶた)	たまねぎ たけのこ ビーマン にんじん はねぎ だいこん もやし にんにく はくさい チンゲンサイ	624 23.6
29	金	カレーライス(むぎごはん) ぎゅうにゅう ささみとブロッコリーのチーズやき グリーンサラダ	ごはん むぎ あぶら ノンエッグマヨネーズ こむぎこ ドレッシング じゃがいも こめカレールー しろごま	ぎゅうにゅう とりにく きゅうにく チーズ	たまねぎ アスパラガス しょうが にんじん きゅうり にんにく ブロッコリー レタス パセリ	630 24.5

※ 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お確かめ下さい。

※ 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・にんじん・はねぎ・はくさい・ほうれんそう