

令和8年 5月分 学校給食予定献立表

ABコース(小学校)

《 18 回 》

日	曜	こんだてめい	えいようりょう		しょくひんめい		
			エネルギー Kカロリー	たんぱく しつ g	血 あ	肉 を つ く る の 食 品	体 の ち ょう し を と の え る 食 品
1	金	むぎごはん きゅうにゅう にくじゃが からししょうゆあえ だいずとじゃこのいりに	幼 小 595 中	幼 小 25.2 中	ぎゅうにゅう だいず ちりめんじゃこ ぶたにく	こまつな たまねぎ にんじん もやし	こめ おおむぎ ごま あぶら さとう じゃがいも しらたき
7	木	ごはん きゅうにゅう ツナそぼろ ぶどうまめ みそしる	656	29.0	ぎゅうにゅう こおりどうふ だいず まぐろみずに まぐろあぶらつけ みそ	キャベツ こまつな しょうが にんじん	こめ さとう じゃがいも
8	金	ごはん きゅうにゅう ごもくすしのぐ ちくわのてりに すましじる オレンジゼリー	605	24.6	ぎゅうにゅう ちくわ あぶらあげ こおりどうふ うすらたまご	えのきたけ こまつな さやいんげん しょうが にんじん ねぎ	こめ ごま オレンジゼリー さとう
11	月	ソフトフランスパン きゅうにゅう スパゲティトマトソース ひじきサラダ アイスクリーム	646	25.2	ぎゅうにゅう ひじき まぐろあぶらつけ アイスクリーム	スイートコーン トマト キャベツ たまねぎ にんにく	パン スパゲティ ごま オリーブゆ ごまあぶら あぶら さとう
12	火	ごはん きゅうにゅう しろみさかなのチリソース ゆでやさい わかめスープ	587	24.6	ぎゅうにゅう たら こおりどうふ わかめ どうふ	キャベツ しょうが たまねぎ にんじん にんにく ねぎ もやし	こめ こめこ ごまあぶら あぶら さとう でんぶん
13	水	ごはん きゅうにゅう おやこどのぐ みそしる あまなつみかん	583	25.5	ぎゅうにゅう こおりどうふ みそ たまご とりにく	こまつな たまねぎ にんじん あまなつみかん	こめ さとう じゃがいも
14	木	くろパン きゅうにゅう マカロニのクリームに アスパラガスのソテー	603	27.5	ぎゅうにゅう とうにゅう だっしふんにゅう とりにく	スイートコーン アスパラガス たまねぎ にんじん	パン こむぎこ マカロニ あぶら バター
15	金	ごはん きゅうにゅう マーボードウフ ちゅうかあえ	617	26.3	ぎゅうにゅう だいず みそ ぶたにく どうふ	きゅうり しょうが にんじん にんにく ねぎ もやし	こめ ごまあぶら あぶら ラーゆ さとう でんぶん
18	月	はいがパン きゅうにゅう カレービーンズシチュー キャベツサラダ チーズ	635	31.9	ぎゅうにゅう だいず チーズ ぶたにく	キャベツ たまねぎ にんじん にんにく	パン こむぎこ あぶら マーガリン さとう じゃがいも
19	火	ごはん きゅうにゅう かつおのごまみそあえ いそかあえ すましじる	630	28.8	ぎゅうにゅう かつお こおりどうふ のり みそ どうふ	キャベツ こまつな しょうが にんじん ねぎ	こめ こめこ ごま あぶら さとう でんぶん
20	水	むぎごはん きゅうにゅう チリコンカーン わかめサラダ	613	25.8	ぎゅうにゅう だいず ちりめんじゃこ わかめ ぶたにく	トマト キャベツ たまねぎ にんじん にんにく	こめ おおむぎ こむぎこ ごまあぶら あぶら さとう
21	木	ロールパン きゅうにゅう しおやきそば ちゅうかあえ れいとうパインアップル	595	23.7	ぎゅうにゅう いか ぶたにく	パインアップル キャベツ きゅうり しょうが セロリ にら にんじん にんにく ねぎ もやし	パン むしちゅうかめん ごまあぶら あぶら ラーゆ さとう
22	金	ごはん きゅうにゅう にくそぼろ たまごそぼろ さつきじる	625	26.8	ぎゅうにゅう だいず わかめ みそ たまご ぶたにく どうふ	さやえんどう しょうが たまねぎ にんじん	こめ あぶら さとう
25	月	ごはん きゅうにゅう ぶたにくのごままぶし ごじる	591	25.6	ぎゅうにゅう だいず みそ ぶたにく あぶらあげ	ごぼう こまつな しょうが だいこん にんじん ねぎ	こめ ごま さとう つきこんにゃく
26	火	あげパン きゅうにゅう やさいのスープに メロン	567	22.5	ぎゅうにゅう ぶたにく	キャベツ たまねぎ にんじん メロン	パン あぶら グラニューとう さとう じゃがいも
27	水	むぎごはん ポークカレー ごますあえ ブルーんはっこうにゅう	671	20.1	ブルーんはっこうにゅう ぶたにく	きゅうり しょうが たまねぎ にんじん にんにく もやし	こめ おおむぎ こむぎこ ごま あぶら マーガリン さとう じゃがいも
28	木	ごはん きゅうにゅう ホイコーロー ちゅうかスープ	588	23.7	ぎゅうにゅう みそ たまご ぶたにく	スイートコーン キャベツ あかピーマン ピーマン こまつな しょうが たまねぎ にんにく ねぎ	こめ ごまあぶら あぶら さとう でんぶん
29	金	ごはん きゅうにゅう ひじきごはんのぐ ししゃもフライ さわにわん	620	23.5	ぎゅうにゅう ししゃも こおりどうふ ひじき ぶたにく あぶらあげ	ごぼう しょうが にんじん ねぎ みすな	こめ こむぎこ パンこ ごま あぶら さとう でんぶん

令和8年 5月分 学校給食予定献立表

CDコース(小学校)

《 18 回 》

日	曜	こんだてめい	えいようりょう		しょくひんめい		
			エネルギー Kカロリー	たんぱく しつ g	血 あ	肉 を つ く る 食 品	体 の ち ょう し を と の え る 食 品
1	金	ごはん ぎゅうにゅう ごもくすしのぐ ちくわのてりに すましじる オレンジゼリー	幼 小 605 中	幼 小 24.6 中	ぎゅうにゅう ちくわ あぶらあげ こおりどうふ うすらたまご	えのきたけ こまつな さやいんげん しょうが にんじん ねぎ	こめ ごま オレンジゼリー さとう
7	木	ソフトフランスパン ぎゅうにゅう スパゲティトマトソース ひじきサラダ アイスクリーム	646	25.2	ぎゅうにゅう ひじき まぐろあぶらづけ アイスクリーム	スイートコーン トマト キャベツ たまねぎ にんにく	パン スパゲティ ごま オリーブゆ ごまあぶら あぶら さとう
8	金	むぎごはん ポークカレー ごますあえ ブルーンはっこうにゅう	671	20.1	ブルーンはっこうにゅう ぶたにく	きゅうり しょうが たまねぎ にんじん にんにく もやし	こめ おおむぎ こむぎこ ごま あぶら マーガリン さとう じゃがいも
11	月	ごはん ぎゅうにゅう しろみさかなのチリソース ゆでやさい わかめスープ	587	24.6	ぎゅうにゅう たら こおりどうふ わかめ どうふ	キャベツ しょうが たまねぎ にんじん にんにく ねぎ もやし	こめ こめこ ごまあぶら あぶら さとう でんぷん
12	火	ごはん ぎゅうにゅう おやこどのぐ みそじる あまなつみかん	583	25.5	ぎゅうにゅう こおりどうふ みそ たまご とりにく	こまつな たまねぎ にんじん あまなつみかん	こめ さとう じゃがいも
13	水	くろパン ぎゅうにゅう マカロニのクリームに アスパラガスのソテー	603	27.5	ぎゅうにゅう とうにゅう だっしふんにゅう とりにく	スイートコーン アスパラガス たまねぎ にんじん	パン こむぎこ マカロニ あぶら バター
14	木	むぎごはん ぎゅうにゅう チリコンカーン わかめサラダ	613	25.8	ぎゅうにゅう だいす ちりめんじゃこ わかめ ぶたにく	トマト キャベツ たまねぎ にんじん にんにく	こめ おおむぎ こむぎこ ごまあぶら あぶら さとう
15	金	ごはん ぎゅうにゅう にくそぼろ たまごそぼろ さつきじる	625	26.8	ぎゅうにゅう だいす わかめ みそ たまご ぶたにく とうふ	さやえんどう しょうが たまねぎ にんじん	こめ あぶら さとう
18	月	ごはん ぎゅうにゅう かつおのごまみそあえ いそかあえ すましじる	630	28.8	ぎゅうにゅう かつお こおりどうふ のり みそ とうふ	キャベツ こまつな しょうが にんじん ねぎ	こめ こめこ ごま あぶら さとう でんぷん
19	火	はいがパン ぎゅうにゅう カレービーンズシチュー キャベツサラダ チーズ	635	31.9	ぎゅうにゅう だいす チーズ ぶたにく	キャベツ たまねぎ にんじん にんにく	パン こむぎこ あぶら マーガリン さとう じゃがいも
20	水	ごはん ぎゅうにゅう マーボードウフ ちゅうかあえ	617	26.3	ぎゅうにゅう だいす みそ ぶたにく とうふ	きゅうり しょうが にんじん にんにく ねぎ もやし	こめ ごまあぶら あぶら ラーゆ さとう でんぷん
21	木	むぎごはん ぎゅうにゅう にくじゃが からししょうゆあえ だいすとじゃこのいりに	595	25.2	ぎゅうにゅう だいす ちりめんじゃこ ぶたにく	こまつな たまねぎ にんじん もやし	こめ おおむぎ ごま あぶら さとう じゃがいも しらたき
22	金	ロールパン ぎゅうにゅう しおやきそば ちゅうかあえ れいとうパインアップル	595	23.7	ぎゅうにゅう いか ぶたにく	パインアップル キャベツ きゅうり しょうが セロリ にら にんじん にんにく ねぎ もやし	パン むしちゅうかめん ごまあぶら あぶら ラーゆ さとう
25	月	ごはん ぎゅうにゅう ツナそぼろ ぶどうまめ みそじる	656	29.0	ぎゅうにゅう こおりどうふ だいす まぐろみずに まぐろあぶらづけ みそ	キャベツ こまつな しょうが にんじん	こめ さとう じゃがいも
26	火	ごはん ぎゅうにゅう ひじきごはんのぐ ししゃもフライ さわにわん	620	23.5	ぎゅうにゅう ししゃも こおりどうふ ひじき ぶたにく あぶらあげ	ごぼう しょうが にんじん ねぎ みずな	こめ こむぎこ パンこ ごま あぶら さとう でんぷん
27	水	ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくのごままぶし こじる	591	25.6	ぎゅうにゅう だいす みそ ぶたにく あぶらあげ	ごぼう こまつな しょうが だいこん にんじん ねぎ	こめ ごま さとう つきこんにゃく
28	木	あげパン ぎゅうにゅう やさいのスープに メロン	567	22.5	ぎゅうにゅう ぶたにく	キャベツ たまねぎ にんじん メロン	パン あぶら グラニューとう さとう じゃがいも
29	金	ごはん ぎゅうにゅう ホイコーロー ちゅうかスープ	588	23.7	ぎゅうにゅう みそ たまご ぶたにく	スイートコーン キャベツ あかピーマン ピーマン こまつな しょうが たまねぎ にんにく ねぎ	こめ ごまあぶら あぶら さとう でんぷん

令和8年 5月分 学校給食予定献立表

EFコース (小学校)

《 18 回 》

日	曜	こんだてめい	えいようりょう		しょくひんめい			
			エネルギー Kカロリー	たんぱく しつ g	血 あ	肉 を つ く る 食 品	体 の ち ょう し を と の え る 食 品	力 や 熱 の も と に な る 食 品
1	金	ソフトフランスパン ぎゅうにゅう スパゲティトマトソース ひじきサラダ アイスクリーム	幼 小 646 中	幼 小 25.2 中		ぎゅうにゅう ひじき まぐろあぶらづけ アイスクリーム	スイートコーン トマト キャベツ たまねぎ にんにく	パン スパゲティ ごま オリーブゆ ごまあぶら あぶら さとう
7	木	ごはん ぎゅうにゅう しろみざかなのチリソース ゆでやさい わかめスープ	587	24.6		ぎゅうにゅう たら こおりどうふ わかめ どうふ	キャベツ しょうが たまねぎ にんじん にんにく ねぎ もやし	こめ こめこ ごまあぶら あぶら さとう でんぷん
8	金	ごはん ぎゅうにゅう にくそぼろ たまごそぼろ さつきじる	625	26.8		ぎゅうにゅう だいす わかめ みそ たまご ぶたにく どうふ	さやえんどう しょうが たまねぎ にんじん	こめ あぶら さとう
11	月	ごはん ぎゅうにゅう ごもくすしのぐ ちくわのてりに すましじる オレンジゼリー	605	24.6		ぎゅうにゅう ちくわ あぶらあげ こおりどうふ つすらたまご	えのきたけ こまつな さやいんげん しょうが にんじん ねぎ	こめ ごま オレンジゼリー さとう
12	火	はいがパン ぎゅうにゅう カレービーンズシチュー キャベツサラダ チーズ	635	31.9		ぎゅうにゅう だいす チーズ ぶたにく	キャベツ たまねぎ にんじん にんにく	パン こむぎこ あぶら マーガリン さとう じゃがいも
13	水	ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくのごままぶし ごじる	591	25.6		ぎゅうにゅう だいす みそ ぶたにく あぶらあげ	ごぼう こまつな しょうが だいこん にんじん ねぎ	こめ ごま さとう つきこんにゃく
14	木	むぎごはん ぎゅうにゅう にくじゃが からししょうゆあえ だいすとじゃこのいりに	595	25.2		ぎゅうにゅう だいす ちりめんじゃこ ぶたにく	こまつな たまねぎ にんじん もやし	こめ おおむぎ ごま あぶら さとう じゃがいも しらたき
15	金	ごはん ぎゅうにゅう おやこどのぐ みそしる あまなつみかん	583	25.5		ぎゅうにゅう こおりどうふ みそ たまご とりにく	こまつな たまねぎ にんじん あまなつみかん	こめ さとう じゃがいも
18	月	むぎごはん ポークカレー ごますあえ ブルーんはっこうにゅう	671	20.1		ブルーんはっこうにゅう ぶたにく	きゅうり しょうが たまねぎ にんじん にんにく もやし	こめ おおむぎ こむぎこ ごま あぶら マーガリン さとう じゃがいも
19	火	ロールパン ぎゅうにゅう しおやきそば ちゅうかあえ れいとうパインアップル	595	23.7		ぎゅうにゅう いか ぶたにく	パインアップル キャベツ きゅうり しょうが セロリ にら にんじん にんにく ねぎ もやし	パン むしちゅうかめん ごまあぶら あぶら ラーゆ さとう
20	水	ごはん ぎゅうにゅう ツナそぼろ ぶどうまめ みそしる	656	29.0		ぎゅうにゅう こおりどうふ だいす まぐろみずに まぐろあぶらづけ みそ	キャベツ こまつな しょうが にんじん	こめ さとう じゃがいも
21	木	ごはん ぎゅうにゅう マーボードウフ ちゅうかあえ	617	26.3		ぎゅうにゅう だいす みそ ぶたにく どうふ	きゅうり しょうが にんじん にんにく ねぎ もやし	こめ ごまあぶら あぶら ラーゆ さとう でんぷん
22	金	ごはん ぎゅうにゅう ひじきごはんのぐ ししゃもフライ さわにわん	620	23.5		ぎゅうにゅう ししゃも こおりどうふ ひじき ぶたにく あぶらあげ	ごぼう しょうが にんじん ねぎ みすな	こめ こむぎこ パンこ ごま あぶら さとう でんぷん
25	月	くろパン ぎゅうにゅう マカロニのクリームに アスパラガスのソテー	603	27.5		ぎゅうにゅう とうにゅう だっしふんにゅう とりにく	スイートコーン アスパラガス たまねぎ にんじん	パン こむぎこ マカロニ あぶら バター
26	火	ごはん ぎゅうにゅう かつおのごまみそあえ いそかあえ すましじる	630	28.8		ぎゅうにゅう かつお こおりどうふ のり みそ どうふ	キャベツ こまつな しょうが にんじん ねぎ	こめ こめこ ごま あぶら さとう でんぷん
27	水	ごはん ぎゅうにゅう ホイコーロー ちゅうかスープ	588	23.7		ぎゅうにゅう みそ たまご ぶたにく	スイートコーン キャベツ あかピーマン ピーマン こまつな しょうが たまねぎ にんにく ねぎ	こめ ごまあぶら あぶら さとう でんぷん
28	木	むぎごはん ぎゅうにゅう チリコンカーン わかめサラダ	613	25.8		ぎゅうにゅう だいす ちりめんじゃこ わかめ ぶたにく	トマト キャベツ たまねぎ にんじん にんにく	こめ おおむぎ こむぎこ ごまあぶら あぶら さとう
29	金	あげパン ぎゅうにゅう やさいのスープに メロン	567	22.5		ぎゅうにゅう ぶたにく	キャベツ たまねぎ にんじん メロン	パン あぶら グラニューとう さとう じゃがいも

令和8年 5月分 学校給食予定献立表

GHコース(小学校)

《 18 回 》

日	曜	こんだてめい	えいようりょう		しょくひんめい		
			エネルギー Kカロリー	たんぱく しつ g	血 あ	肉 を つ く る 食 品	体 の ち ょう し を と の え る 食 品
1	金	ごはん ぎゅうにゅう にくそぼろ たまごそぼろ さつきじる	幼 小 625 中	幼 小 26.8 中	ぎゅうにゅう だいす わかめ みそ たまご ぶたにく とうふ	さやえんどう しょうが たまねぎ にんじん	こめ あぶら さとう
7	木	ごはん ぎゅうにゅう ごもくすしのぐ ちくわのてりに すましじる オレンジゼリー	605	24.6	ぎゅうにゅう ちくわ あぶらあげ こおりとうふ うずらたまご	えのきたけ こまつな さやいんげん しょうが にんじん ねぎ	こめ ごま オレンジゼリー さとう
8	金	ソフトフランスパン ぎゅうにゅう スパゲティトマトソース ひじきサラダ アイスクリーム	646	25.2	ぎゅうにゅう ひじき まぐろあぶらづけ アイスクリーム	スイートコーン トマト キャベツ たまねぎ にんにく	パン スパゲティ ごま オリーブゆ ごまあぶら あぶら さとう
11	月	むぎごはん ポークカレー ごますあえ ブルーンはっごうにゅう	671	20.1	ブルーンはっごうにゅう ぶたにく	きゅうり しょうが たまねぎ にんじん もやし	こめ おおむぎ こむぎこ ごま あぶら マーガリン さとう じゃがいも
12	火	ごはん ぎゅうにゅう マーボードウフ ちゅうかあえ	617	26.3	ぎゅうにゅう だいす みそ ぶたにく とうふ	きゅうり しょうが にんじん にんにく ねぎ もやし	こめ ごまあぶら あぶら ラーゆ さとう でんぶん
13	水	ごはん ぎゅうにゅう かつおのごまみそあえ いそかあえ すましじる	630	28.8	ぎゅうにゅう かつお こおりとうふ のり みそ とうふ	キャベツ こまつな しょうが にんじん ねぎ	こめ こめこ ごま あぶら さとう でんぶん
14	木	ごはん ぎゅうにゅう おやこどのぐ みそしる あまなつみかん	583	25.5	ぎゅうにゅう こおりとうふ みそ たまご とうふ	こまつな たまねぎ にんじん あまなつみかん	こめ さとう じゃがいも
15	金	くろパン ぎゅうにゅう マカロニのクリームに アスパラガスのソテー	603	27.5	ぎゅうにゅう とうにゅう だっしふんにゅう とり	スイートコーン アスパラガス たまねぎ にんじん	パン こむぎこ マカロニ あぶら パター
18	月	ごはん ぎゅうにゅう しろみさかなのチリソース ゆでやさい わかめスープ	587	24.6	ぎゅうにゅう たら こおりとうふ わかめ とうふ	キャベツ しょうが たまねぎ にんじん にんにく ねぎ もやし	こめ こめこ ごまあぶら あぶら さとう でんぶん
19	火	ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくのごままぶし ごじる	591	25.6	ぎゅうにゅう だいす みそ ぶたにく あぶらあげ	ごぼう こまつな しょうが だいこん にんじん ねぎ	こめ ごま さとう つきこんにゃく
20	水	はいがパン ぎゅうにゅう カレービーンズシチュー キャベツサラダ チーズ	635	31.9	ぎゅうにゅう だいす チーズ ぶたにく	キャベツ たまねぎ にんじん にんにく	パン こむぎこ あぶら マーガリン さとう じゃがいも
21	木	ごはん ぎゅうにゅう ひじきごはんのぐ ししゃもフライ さわにわん	620	23.5	ぎゅうにゅう ししゃも こおりとうふ ひじき ぶたにく あぶらあげ	ごぼう しょうが にんじん ねぎ みすな	こめ こむぎこ パンこ ごま あぶら さとう でんぶん
22	金	むぎごはん ぎゅうにゅう にくじゃが からししょうゆあえ だいすとじゃこのいりに	595	25.2	ぎゅうにゅう だいす ちりめんじゃこ ぶたにく	こまつな たまねぎ にんじん もやし	こめ おおむぎ ごま あぶら さとう じゃがいも しらたき
25	月	むぎごはん ぎゅうにゅう チリコンカーン わかめサラダ	613	25.8	ぎゅうにゅう だいす ちりめんじゃこ わかめ ぶたにく	トマト キャベツ たまねぎ にんじん にんにく	こめ おおむぎ こむぎこ ごまあぶら あぶら さとう
26	火	ごはん ぎゅうにゅう ホイコーロー ちゅうかスープ	588	23.7	ぎゅうにゅう みそ たまご ぶたにく	スイートコーン キャベツ あかピーマン ピーマン こまつな しょうが たまねぎ にんにく ねぎ	こめ ごまあぶら あぶら さとう でんぶん
27	水	あげパン ぎゅうにゅう やさいのスープに メロン	567	22.5	ぎゅうにゅう ぶたにく	キャベツ たまねぎ にんじん メロン	パン あぶら グラニューとう さとう じゃがいも
28	木	ごはん ぎゅうにゅう ツナそぼろ ぶどうまめ みそしる	656	29.0	ぎゅうにゅう こおりとうふ だいす まぐろみすに まぐろあぶらづけ みそ	キャベツ こまつな しょうが にんじん	こめ さとう じゃがいも
29	金	ロールパン ぎゅうにゅう しおやきそば ちゅうかあえ れいとうパインアップル	595	23.7	ぎゅうにゅう いか ぶたにく	パインアップル キャベツ きゅうり しょうが セロリ にら にんじん にんにく ねぎ もやし	パン むしちゅうかめん ごまあぶら あぶら ラーゆ さとう