

2025年(令和7年)5月分 学校給食献立表(小学校)第1地区

※除去食対応する献立には◇マークを記しています。

※食物アレルギー対応として、ご希望される方には「学校給食用物資配合表」を配布しております。必要な方は各学校までお申し出ください。

日・曜	1日・木	2日・金	7日・水	8日・木	9日・金	12日・月	13日・火	14日・水	15日・木	16日・金	
献立名	コッパバン ぎゅうにゅう きのこチンゲンサイのスー プ ビーフいため ココアクリーム	ごはん ぎゅうにゅう ふのみそしる とうふチャンプルー いりこのつくだに	たいとごぼうのたきこみごはん ぎゅうにゅう すましじる クープイリチー	コッパバン ぎゅうにゅう チキンクリームシチュー わふうサラダ	ごはん ぎゅうにゅう ◇にらたまスープ ひじきとだいずのもの	ごはん(こもり) ぎゅうにゅう きまねうどん くさわかめ(きんぴら)		コッパバン ぎゅうにゅう にんにく(タス)とはるさめのスー プ おじとしごぼうのあまからに	ごはん ぎゅうにゅう キーマカレー ごまじゃこサラダ	コッパバン ぎゅうにゅう ◇たまごスープ ペンネのミートソース	ごはん ぎゅうにゅう じゃがいものみそしる いわしのチヨリム だいずもやしのいためナムル
材 料 名 お よ び 使 用 量 (g)	鶏肉 20 酒 0.5 しめじ 7 えのきたけ 7 チンゲンサイ 10 たまねぎ 20 にんじん 10 もやし 10 うすくちしょうゆ 4 こいくちしょうゆ 0.2 塩 0.1 こしょう 0.01 けずり節 2 水 120 ピーマン 10 豚肉ミンチ 10 酒 0.5 キャベツ 20 にんじん 5 ピーマン 3 干しいたけ 0.3 綿実油 0.5 こいくちしょうゆ 2 塩 0.1 こしょう 0.01 牛乳 20 砂糖 2 コーンスターチ 1.5 ココア 0.4 ワイン(白) 0.5 生クリーム 0.8	ふ 2 にんじん 10 たまねぎ 20 うす揚げ 4 だいこん 10 わかめ(塩蔵) 2 みそ 11 かえりちりめん 3 水 120 豆腐 35 豚肉 15 キャベツ 12 にんじん 5 たまねぎ 1 綿実油 1 こいくちしょうゆ 1.5 ごま油 0.5 塩 0.1 こしょう 0.02 かえりちりめん 3 本みりん 2.5 けずり節 1.5 砂糖 0.5 牛乳 20 砂糖 2 コーンスターチ 1.5 ココア 0.4 ワイン(白) 0.5 生クリーム 0.8	精白米 65 たい 10 酒 0.5 こいくちしょうゆ 1 ごぼう 5 うす揚げ 2 うすくちしょうゆ 1 酒 3 本みりん 1 けずり粉 0.5 水 85 豆腐 40 わかめ(塩蔵) 2 かまぼこ 8 にんじん 10 しめじ 6 うすくちしょうゆ 4 こいくちしょうゆ 0.2 塩 0.1 だし昆布 0.5 けずり節 2 水 120 豚肉 30 角切り昆布 0.5 切り干し大根 1 糸こんにゃく 15 綿実油 0.5 砂糖 1 こいくちしょうゆ 1 ごま油 1	鶏肉 20 調理ワイン 1 にんじん 15 たまねぎ 40 じゃがいも 40 たまねぎ 5 はるさめ 1 にら 2 うすくちしょうゆ 2 こいくちしょうゆ 0.2 牛乳 40 生クリーム 0.1 水 0.5 こしょう 0.03 チキンブイヨン 5 水 60 キャベツ 30 きゅうり 15 かつお節 1 砂糖 0.8 本みりん 1 酢 2 綿実油 1 塩 0.1 こしょう 0.01 鶏肉 15 酒 0.5 大豆(乾燥) 7 ひじき(乾燥) 1 竹輪(煮込み用) 5 にんじん 10 綿実油 0.5 つきこんにゃく 2 塩 1 こしょう 10 豚肉 30 角切り昆布 0.5 切り干し大根 1 糸こんにゃく 15 綿実油 0.5 砂糖 1 こいくちしょうゆ 1 ごま油 1	卵 30 豚肉 15 酒 0.5 にんじん 10 たまねぎ 5 はるさめ 2 にら 2 うすくちしょうゆ 4 こいくちしょうゆ 0.2 塩 0.1 本みりん 1 だし昆布 2 けずり節 100 水 110 鶏肉 15 酒 0.5 大豆(乾燥) 7 ひじき(乾燥) 1 竹輪(煮込み用) 5 にんじん 10 綿実油 0.5 つきこんにゃく 2 塩 1 こしょう 10 豚肉 30 角切り昆布 0.5 切り干し大根 1 糸こんにゃく 15 綿実油 0.5 砂糖 1 こいくちしょうゆ 1 ごま油 1	うす揚げ 1/2枚 砂糖 3 こいくちしょうゆ 3 だし汁 10 うどん(冷凍) 40 もやし 10 たまねぎ 20 かまぼこ 5 うすくちしょうゆ 4 こいくちしょうゆ 1 塩 0.1 本みりん 0.5 だし昆布 0.5 けずり節 2 水 110 豚肉 20 酒 0.5 塩 0.1 でんぶ 3 ごぼう 10 にんじん 20 コーン油 5 砂糖 3 こいくちしょうゆ 0.5 本みりん 3 おじ 30 酒 0.5 塩 0.1 でんぶ 3 ごぼう 20 にんじん 20 コーン油 5 砂糖 3 こいくちしょうゆ 0.5 本みりん 3	はるさめ 7 豚肉 10 酒 0.5 にんじん 10 たまねぎ 10 もやし 10 干しいたけ 0.3 レタス(西谷産) 10 うすくちしょうゆ 4 こいくちしょうゆ 0.2 塩 0.1 こしょう 0.01 けずり節 2 水 110 あじ 30 酒 0.5 塩 0.1 でんぶ 3 ごぼう 20 にんじん 20 コーン油 5 砂糖 3 こいくちしょうゆ 0.5 本みりん 3	鶏肉ミンチ(むね) 30 調理ワイン 1 にんじん 20 たまねぎ 50 じゃがいも 50 にんにく 0.2 しょうが 0.5 綿実油 0.5 カレー粉 0.8 小麦粉 7 バター 2 綿実油 5 チキンブイヨン 4.5 ウスターソース 1.5 ケチャップ 0.4 こいくちしょうゆ 0.2 砂糖 1 こしょう 0.01 水 90 キャベツ 35 きゅうり 10 すりごま 1 ごま油 0.5 しらすばし 0.5 酒 0.5 綿実油 0.5 砂糖 0.5 こいくちしょうゆ 1 酢 2 ごま油 1 塩 0.1	卵 30 鶏肉 10 酒 0.5 にんじん 10 たまねぎ 20 じゃがいも 5 にんにく 0.2 しょうが 4 水 0.1 こしょう 1 でんぶ 2 けずり節 100 ペンネ 15 豚肉ミンチ 15 調理ワイン 0.5 綿実油 0.5 にんじん 7 たまねぎ 6 ケチャップ 7 トマトピューレ 1 ウスターソース 2 デミグラスソース 0.1 こしょう 0.5 オリーブオイル 0.5	じゃがいも 30 にんじん 10 たまねぎ 15 わかめ(塩蔵) 2 うす揚げ 4 みそ 11 いりこ 3 水 120 いわし 40 しょうが 0.5 にんにく 0.5 こいくちしょうゆ 3 砂糖 1 コチュジャン 1 酒 1 本みりん 15 大豆もやし 20 塩 0.2 にんにく 0.1 こいくちしょうゆ 1 砂糖 0.2 綿実油 0.2 ごま油 0.3 すりごま 0.5	
	エネルギー /蛋白質	510kcal/20.1g	523kcal/20.5g	496kcal/21.2g	556kcal/19.7g	550kcal/22.2g	546kcal/19.0g	542kcal/20.5g	605kcal/19.6g	559kcal/22.4g	541kcal/20.4g

[illegible]

○…あかいろのしょくひん(おもにからだをつくるものとなるしょくひん) □…きいろのしょくひん(おもにエネルギーのもととなるしょくひん) △…みどりいろのしょくひん(おもにからだのちやうそをとのえるものとなるしょくひん) ※上記材料は、天候等により急ぎき変更する場合があります。 平均栄養摂取量 エネルギー 538kcal たんぱくしつ 20.6g