

ねん れい わ ねん がつぶん がつこうきゅうしよくこんだてひょう しょうがっこう だい ち く
2025年(令和7年)5月分 学校給食献立表(小学校)第2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	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	コッペパン ぎゅうにゅう きのこチンゲンサイのスープ ピーマンため ココアクリーム	コッペパン ぎゅうにゅう チキンクリームシチュー わふうサラダ	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 クーピーリチー	コッペパン ぎゅうにゅう ◇にらたまスープ ポークビーンズ	ごはん(こもり) ぎゅうにゅう きつねうどん くさわかめのきんぴら	ごはん ぎゅうにゅう キーマカレー こまじゃこサラダ	コッペパン ぎゅうにゅう にらとレタスとほろめスープ あじとしごぼうのあまからに	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	コッペパン ぎゅうにゅう ◇たまごスープ パンネのミートソース	
材 料 名 お よ び 使 用 量 (g)	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 5 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 こいくちしょうゆ 1.5 砂糖 0.5	鶏肉 20 酒 0.5 しめじ 7 えのきたけ 4 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 ビーパン 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 干ししいたけ 0.3 綿実油 0.5 こいくちしょうゆ 0.1 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	鶏肉 20 調理ワイン 1 にんじん 15 たまねぎ 40 じゃがいも 10 綿実油 20 小麦粉 5 バター 2 綿実油 3 塩 40 生クリーム 3 塩 0.5 こしょう 0.03 ケチャップ 5 水 60 かまぼこ 8 にんじん 10 しめじ 15 うすくちしょうゆ 1 こいくちしょうゆ 0.8 本みりん 1 塩 0.1 だし昆布 0.5 けずり節 2 水 120 豚肉 30 酒 0.5 角切り昆布 1 切り干し大根 3 糸こんにゃく 15 綿実油 0.5 砂糖 1 こま油 1	精白米 65 たい 10 酒 0.5 こいくちしょうゆ 1 だし汁 10 うどん(冷凍) 5 はるさめ 2 たまねぎ 20 うすくちしょうゆ 1 こいくちしょうゆ 0.1 塩 0.1 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 1 こいくちしょうゆ 0.2 本みりん 0.5 塩 0.1 だし昆布 0.5 けずり節 2 水 120 豚肉 30 酒 0.5 角切り昆布 1 切り干し大根 3 糸こんにゃく 15 綿実油 0.5 砂糖 1 こま油 1	卵 30 鶏 10 酒 0.5 こいくちしょうゆ 10 だし汁 10 うどん(冷凍) 40 はるさめ 10 たまねぎ 20 うすくちしょうゆ 5 こいくちしょうゆ 0.2 塩 0.1 本みりん 0.5 水 5 だし昆布 0.5 けずり節 2 水 100 豚肉 10 調理ワイン 0.5 大豆(乾燥) 10 酒 0.5 茎わかめ(冷凍) 5 ごぼう 10 にんじん 10 竹輪(煮込み用) 8 つきこんにゃく 10 ウスターソース 0.5 砂糖 1 こいくちしょうゆ 1 酒 0.1 本みりん 0.5 ごま油 0.3 ごま 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 はるさめ 10 たまねぎ 20 うすくちしょうゆ 5 こいくちしょうゆ 0.2 塩 0.1 本みりん 0.5 水 5 だし昆布 0.5 けずり節 2 水 110 豚肉 20 砂糖 0.5 塩 1 こしょう 0.01 ごぼう 90 にんじん 20 竹輪(煮込み用) 8 つきこんにゃく 10 ウスターソース 0.5 砂糖 1 こいくちしょうゆ 1.5 酒 0.5 本みりん 0.5 ごま油 0.3 ごま 1	鶏肉ミンチ(むね) 30 豚肉 1 酒 0.5 にんじん 20 たまねぎ 50 じゃがいも 20 わかめ(塩蔵) 0.2 うす揚げ 10 きんぴら 0.5 レタス(西谷産) 10 うすくちしょうゆ 0.8 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 でんぶん 3 ごぼう 20 でんぶん 2 コーン油 5 砂糖 3 こいくちしょうゆ 0.5 本みりん 1 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 はるさめ 5 きんぴら 3 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 3 コチュジャン 1 酒 1 本みりん 15 大豆もやし 20 にんじん 0.2 にんにく 0.1 こいくちしょうゆ 1 砂糖 0.2 ごま油 0.3 すりごま 0.5 ごま 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 はるさめ 5 きんぴら 2 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 3 コチュジャン 1 酒 1 本みりん 15 大豆もやし 20 にんじん 0.2 にんにく 0.1 こいくちしょうゆ 1 砂糖 0.2 ごま油 0.3 すりごま 0.5 ごま 0.5	卵 30 鶏肉 10 酒 0.5 にんじん 15 しょうが 2 うす揚げ 20 はるさめ 5 きんぴら 2 いりこ 3 水 100 パンネ 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 15 ケチャップ 6 トマトビュール 1 ウスターソース 7 デミグラスソース 2 こしょう 0.1 オリーブオイル 0.5		
	エネルギー /蛋白質	523kcal/20.5g	510kcal/20.1g	556kcal/19.7g	496kcal/21.2g	526kcal/23.3g	546kcal/19.0g	605kcal/19.6g	542kcal/20.5g	541kcal/20.4g	559kcal/22.4g

[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しょう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 537kcal たんぱくしつ 20.6g