



5月献立表



令和7年度

菊川市立菊川学校給食センター
※だしやエキス、食品添加物等の記載はしてありません。

日 曜	こんだて	きいろのしょくひん ねつやからなるもの		あかいのしょくひん 体をつくるもの		みどりいろのしょくひん 体のちようしをとのえるもの	その他の 調味料	エネルギー たんぱく質 脂質			お知らせ
		炭水化物	脂質	たんぱく質	無機質	ビタミン		幼	小	中	
1 (木)	ごはん	米						422 15.6 15.3 1.9	601 20.9 18.1 2.5	761 25.2 21.4 3.0	八十八夜献立
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	くろはんべんのおちゃあげ	パン粉 小麦粉	油	黒はんぺん(さば)		茶	塩 こしょう				
	じゃがいものそぼろに	じゃがいも 砂糖	油	ふた肉		枝豆 しょうが	醤油 みりん 酒				
	わかだけじる			なると	わかめ	たけのこ にんじん えのきたけ 葉ねぎ	醤油 みりん 酒 塩				
2 (金)	わかめごはん	米 砂糖			わかめ		塩	414 20.8 12.9 2.1	583 26.9 14.4 2.7	737 34.2 16.7 3.5	こどもの日献立
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	とりにくのてりやき	砂糖		とり肉		しょうが にんにく	醤油 酒 みりん				
	はるキャベツのごまあえ	砂糖	ごま			キャベツ もやし にんじん	醤油				
	しんだまねぎのみそしる			豆腐 みそ 油揚げ		玉ねぎ 小松菜 えのきたけ にんじん					
	かしわもち (小中)	こしあん 上新粉 砂糖									
7 (水)	ごはん	米						421 17.9 15.6 1.7	565 21.6 18.5 2.0	740 27.0 23.0 2.5	
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	カツオカツ	パン粉 小麦粉 砂糖	油	かつお		玉ねぎ しょうが	醤油 塩				
	ごぼうのそぼろいため	砂糖	油	ぶた肉 みそ		ごぼう にんじん さやいんげん	酒 みりん 醤油				
	すましじる			豆腐 なると とり肉	わかめ	にんじん 根菜ねぎ 干しいたけ	醤油 塩				
8 (木)	うどん	小麦粉					塩	489 19.4 20.9 1.7	586 23.4 25.3 2.1	743 28.9 30.4 2.5	
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	やさいのかきあげ	小麦粉 コーンスターチ	油			玉ねぎ にんじん 春菊					
	たけのことちくわのにも	砂糖	油	ちくわ とり肉		たけのこ にんじん こんにゃく さやいんげん	醤油 みりん 酒				
	にくうどんのつゆ	でん粉		ぶた肉 油揚げ かまぼこ		玉ねぎ 小松菜 にんじん 根菜ねぎ 干しいたけ しょうが	醤油 みりん 塩				
9 (金)	むぎごはん	米 麦						419 19.8 17.4 1.5	578 25.2 20.9 2.2	745 31.1 24.8 2.6	
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	ガバオライスのぐ	砂糖 でん粉	ごま油	ぶた肉 大豆		玉ねぎ ビーマン 赤ビーマン にんにく	醤油 味噌・ソース 酒				
	キャベツとほうれんそうのサラダ	砂糖	油			キャベツ ほうれん草 とうもろこし	醤油 酢				
	いらとたまごのスープ	でん粉		豆腐 卵 ベーコン		玉ねぎ いら えのきたけ	鶏ガラスープ コンソメ 醤油 塩				
12 (月)	ごはん	米						417 20.4 16.0 1.6	574 26.3 18.8 2.3	736 32.5 22.2 2.8	
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	イカとひじきのあまからあえ	砂糖 でん粉	油	イカ	ひじき		醤油 ケチャップ				
	やさいのおかかあえ	砂糖		かつお節		キャベツ 小松菜 にんじん	醤油				
	とんじる	じゃがいも		豆腐 ぶた肉 みそ 油揚げ		玉ねぎ にんじん こんにゃく 根菜ねぎ					
13 (火)	こくとうコッペパン	小麦粉 砂糖 黒糖	ショートニング		脱脂粉乳		イースト 塩	474 15.6 21.7 1.6	643 20.8 25.1 2.6	831 25.8 31.7 3.5	
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	やさいグラタン	じゃがいも 米粉 砂糖	ショートニング 油	豆乳 おから 大豆粉		玉ねぎ にんじん とうもろこし ほうれん草	塩				
	スパゲッティナポリタン	スパゲッティ	油	ベーコン	チーズ	玉ねぎ しめじ ビーマン にんじん	ケチャップ ソース 塩 こしょう				
	にくだんごやさいのスープ	肉団子(小麦)		肉団子 (とり肉・ぶた肉)		玉ねぎ チンゲン菜 にんじん えのきたけ	鶏ガラスープ コンソメ ワイン 塩 こしょう				
14 (水)	ごはん	米						424 23.8 16.2 1.6	578 30.9 18.1 2.1	737 37.3 21.5 2.7	
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	とりにくのごますかけ	砂糖 でん粉	ごま	とり肉			酒 醤油 酢 みりん 塩 こしょう				
	きゅうりのなんばんづけ	砂糖	ごま油 ラー油			きゅうり	醤油 塩				
	あつあげのちゅうかに	砂糖	ごま油	厚揚げ ぶた肉		玉ねぎ キャベツ たけのこ にんじん チンゲン菜 干しいたけ しょうが にんにく	醤油 酒				
15 (木)	ごはん	米						473 21.6 18.7 2.1	643 27.4 22.0 2.6	826 35.0 26.7 3.2	ししゃもフライ 幼1尾 小2尾 中3尾
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	ししゃもフライ	パン粉 小麦粉	油	ししゃも			塩 こしょう				
	にらのりずあえ	砂糖	ごま油		のり	もやし にら	醤油 酢				
	おやこに	じゃがいも 砂糖	油	とり肉 卵 かまぼこ		玉ねぎ にんじん たけのこ しめじ えのきたけ グリンピース	醤油 酒 塩				
16 (金)	むぎごはん	米 麦						447 17.3 16.1 1.5	611 22.4 18.3 2.0	786 27.7 21.8 2.6	
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	おまめのかりんとう	でん粉 砂糖	油 ごま	大豆			醤油 酢				
	ふくじんづけあえ					キャベツ きゅうり 大根 なす れんこん しょうが ねぎ しそ ししいたけ	醤油 塩 酢				
	ボークカレー	じゃがいも	油	ぶた肉	チーズ 脱脂粉乳	玉ねぎ にんじん トマト りんご にんにく	カレーウ3種(小麦・乳・大豆) ワイン ソース 鶏ガラスープ 塩 こしょう				

※だしやエキス、食品添加物等の記載はしておりません。

日 曜	こんだて	きいろのしょくひん ねつやちからになるもの		あかいろのしょくひん 体をつくるもの		みどりいろのしょくひん 体のちょうしをとのえるもの	その他の 調味料	【栄養価】 エネルギーkcal たんぱく質g 脂質g 食塩相当量g			お知らせ
		炭水化物	脂質	たんぱく質	無機質	ビタミン		幼	小	中	
19 (月)	グリーンピースごはん	米				グリーンピース	塩	442 16.0 15.8 2.6	582 19.6 18.3 3.4	753 23.7 20.9 4.3	
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	のりいりあつやきたまご	砂糖 でん粉	油	卵	のり		酢 みりん 醤油 塩				
	ごぼうサラダ	砂糖	ごま			ごぼう きゅうり にんじん	ごまドレッシング 醤油 みりん				
	じゃがいもとこまつなのみそしる	じゃがいも		みそ 油揚げ	わかめ	玉ねぎ 小松菜 しめじ					
20 (火)	おちゃコッパバン	小麦粉 砂糖	ショートニング		脱脂粉乳	茶	イースト 塩	444 22.8 16.9 1.8	583 29.0 20.5 2.7	727 35.8 24.7 3.5	
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	とりとしパーのケチャップあえ	でん粉 砂糖	油	とり肉 とりしパー			ケチャップ ソース ワイン				
	コーンサラダ	砂糖	油			キャベツ 小松菜 とうもろこし	酢 塩 こしょう				
	オニオンスープ			ベーコン		玉ねぎ にんじん	鶏ガラスープ コンソメ 塩 パセリ こしょう				
21 (水)	ごはん	米						412 17.2 17.3 1.7	593 23.6 23.0 2.5	743 28.0 26.2 2.9	
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	さばのこうじづけやき	こうじ		さば			塩				
	はりはりづけ	砂糖	ごま		昆布	きゅうり 切干大根 にんじん	醤油 酢 塩 唐辛子				
	のっぺいじる	里いも でん粉		とり肉 油揚げ		大根 小松菜 にんじん こんにゃく 根菜ねぎ	醤油 酒 塩				
22 (木)	ちゅうかめん	小麦粉						525 19.0 23.4 2.2	608 23.2 23.8 2.7	788 28.8 30.4 3.5	
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	はるまき	小麦粉 米粉 春雨 でん粉 砂糖	油 ショートニング	ぶた肉		にんじん 玉ねぎ キャベツ しょうが 干しいたけ	醤油 塩				
	きゅうりとだいこんのちゅうかあえ	砂糖	ごま油 ごま			大根 きゅうり	醤油 酢 塩				
	しおラーメンスープ	でん粉		ぶた肉 なたと	わかめ	もやし にんじん チンゲン菜 だけのこ 根菜ねぎ	塩ラーメンスープ 鶏ガラスープ 酒				
23 (金)	ごはん	米						407 20.4 17.4 1.5	563 26.5 21.2 2.4	733 33.3 26.2 2.7	ふるさと給食
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	おちゃチキン		オリーブ油	とり肉		にんにく 茶	ワイン 醤油 塩 こしょう				
	ズッキーニのソテー		油	まぐろ		キャベツ スズッキーニ とうもろこし にんじん	コンソメ 塩 こしょう				
	たまごとチンゲンサイのスープ	でん粉		豆腐 卵 ベーコン		玉ねぎ チンゲン菜 干しいたけ	鶏ガラスープ コンソメ 醤油 塩				
26 (月)	ごはん	米						434 19.6 17.2 1.4	596 25.1 20.3 1.9	766 31.0 24.4 2.4	
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	さわらとえだまめのアーモンドあえ	でん粉 砂糖	油 アーモンド	さわら 大豆		枝豆	醤油				
	やさいのたくあんあえ		ごま			キャベツ きゅうり たくあん	塩				
	とりじる	じゃがいも		とり肉 油揚げ		大根 玉ねぎ にんじん 干しいたけ 葉ねぎ	醤油 酒 塩				
27 (火)	まるがだパン	小麦粉 砂糖	ショートニング		脱脂粉乳		イースト 塩	477 19.0 21.4 1.9	684 25.6 28.1 2.7	842 30.6 33.9 3.5	
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	メンチカツ	パン粉 小麦粉 でん粉 砂糖	油	ぶた肉		玉ねぎ	塩 こしょう ナツメグ				
	マカロニサラダ	マカロニ				きゅうり とうもろこし	ドレッシング 塩 こしょう				
	やさいのようふうに	じゃがいも	油	ベーコン		キャベツ 玉ねぎ にんじん グリンピース	醤油 スープストック 塩 こしょう				
28 (水)	むぎごはん	米 麦						413 21.2 14.7 1.6	570 27.3 17.4 2.0	735 33.7 20.2 2.6	
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	ぶたにくのねぎみそいため	砂糖 でん粉	油	ぶた肉 みそ		玉ねぎ 葉ねぎ にんにく しょうが	酒 醤油 みりん				
	えだまめともやしのおひたし	砂糖				もやし 枝豆 ほうれん草 にんじん	醤油				
	わかめととうふのみそしる			豆腐 みそ 油揚げ	わかめ	大根 えのきだけ 根菜ねぎ					
29 (木)	ごはん	米						436 18.2 17.2 1.8	604 23.8 20.5 2.4	778 30.1 24.7 2.9	ユーリンチー 幼1回 小1回 中2回
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	ユーリンチー	でん粉 砂糖	油 ごま油	とり肉		根菜ねぎ しょうが	醤油 酢 塩 こしょう				
	もやしサラダ		ごま			もやし きゅうり にんじん	ごまドレッシング				
	はるさめスープ	春雨 でん粉		ベーコン		キャベツ 玉ねぎ にんじん だけのこ 干しいたけ	鶏ガラスープ 中華スープ 醤油 塩 こしょう				
30 (金)	むぎごはん	米 麦						475 18.2 17.4 1.7	666 23.4 22.0 2.4	855 28.8 26.1 3.1	
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	ホキフライ	パン粉 小麦粉	油	ホキ			塩 こしょう				
	カラフルサラダ	砂糖	油			キャベツ きゅうり 黄ピーマン 赤ピーマン	酢 塩 こしょう				
	ハヤシシチュー	じゃがいも 砂糖	油	ぶた肉		玉ねぎ にんじん グリンピース トマト にんにく	ハヤシルー(小麦) ケチャップ 鶏ガラスープ ソース ワイン 醤油 塩 こしょう				

※材料の割合等により献立を変更することがあります。
※栄養価は幼稚園・小学校・4年生・中学生の数値です。
※加工品の右側の（ ）には特定原材料・特定原材料に準ずるもの28品目を記載しています。（えび・かに・小麦・そば・卵・乳・ピーナッツ・くるみ・アーモンド・あわび・いか・いくら・オレンジ・カシューナッツ・キウイフルーツ・牛肉・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・まつたけ・もも・やまいも・りんご・ゼラチン）

5月の給食費の振替日は5月27日（火）です。（引き落としの準備をお願いします。）