



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	無糖質			幼	小	中	
1 (木)	ごはん	米									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	422 15.6 15.3 1.9	601 20.9 18.1 2.5	761 25.2 21.4 3.0	
	じゃがいものそぼろに	じゃがいも 砂糖	油	ぶた肉		枝豆 しょうが	醤油 みりん 酒				
	わかだけじる			なると	わかめ	だけのこ にんじん えのきだけ 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				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	414 20.8 12.9 2.1	583 26.9 14.4 2.7	737 34.2 16.7 3.5	
	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 えのきだけ 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									
	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	421 17.9 15.6 1.7	565 21.6 18.5 2.0	740 27.0 23.0 2.5	
	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				
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	やさいかきあげ	小麦粉 コーンスターチ	油			玉ねぎ にんじん 春菊		489 19.4 20.9 1.7	586 23.4 25.3 2.1	743 28.9 30.4 2.5	
	たけのこどちくわのにも	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 かまぼこ 油揚げ		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									
	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 オリーブオイル 酒	419 19.8 17.4 1.5	578 25.2 20.9 2.2	745 31.1 24.8 2.6	
	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				
	にらとたまごのスープ	でん粉		豆腐 卵 ベーコン		玉ねぎ にら えのきだけ	鶏ガラスープ コンソメ 醤油 塩				
12 (月)	ごはん	米									
	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	417 20.4 16.0 1.6	574 26.3 18.8 2.3	736 32.5 22.2 2.8	
	やさいのおかあえ	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				
	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	474 15.6 21.7 1.6	643 20.8 25.1 2.6	831 25.8 31.7 3.5	
	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 えのきだけ	鶏ガラスープ コンソメ ワイン 塩 こしょう				
14 (水)	ごはん	米									
	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	424 23.8 16.2 1.6	578 30.9 18.1 2.1	737 37.3 21.5 2.7	
	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 だけのこ 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									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	473 21.6 18.7 2.1	643 27.4 22.0 2.6	826 35.0 26.7 3.2	
	にらのりすあえ	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 だけのこ しめじ えのきだけ グリンピース	醤油 酒 塩				
16 (金)	むぎごはん	米 麦									
	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	447 17.3 16.1 1.5	611 22.4 18.3 2.0	786 27.7 21.8 2.6	
	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 かりんとう 干しいたけ	醤油 塩 酢				
	ポークカレー	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	カレーパウダー(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ありません。

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 体のちょうしぎととのえるもの	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) 炭水化物(g)			お知らせ
		炭水化物	脂質	たんぱく質	無糖質	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)	おちゃコッペパン	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						
	とりとレバーのケチャップあえ	でん粉 砂糖	油	とり肉 とりレバー			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 たけのこ 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 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 干ししいたけ 葉ねぎ	醤油 酒 塩				
27 (火)	まるがたパン	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	イタリアンミックス 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 グリーンピース	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 えのきたけ 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歳 小1歳 中2歳
	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 たけのこ 干ししいたけ	鶏ガラスープ 中華スープ 醤油 ソース ワイン 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				

※材料の都合等により献立を変更することがあります。
※栄養価は幼稚園年中、小学校3・4年生、中学生の数値です。
※加工品の右欄の（ ）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。）