

令和7年度



# 5月 学校給食献立予定表



廿日市市立大野学校給食センター

日・曜	こ  ん  だ  て  め い	お も  な  ざ い り ょ う			食塩相当量 (グラム) 目標量 (小) 2.0g未満 (中) 2.5g未満	野菜の量 (グラム) 目標量 (小) 100g (中) 120g
		黄(き)	赤(あか)	緑(みどり)		
		ねつや力 <small>ちから</small> のもとなる	からだ <small>からだ</small> をつくる	からだ <small>からだ</small> の調子をととのえる		
1・木	コッペパン 牛乳 しろみざかなのグリーンあげ こぶきいも ジュリアンスープ <b>★八十八夜献立</b>	パン こむぎこ なたねあぶら じゃがいも こめあぶら	牛乳 ホキ とりにく	おちゃのは キャベツ たまねぎ セロリ にんじん	2.5	72
2・金	ふきとたけのこのちらしずし 牛乳 もずくのすましじる うぐいすだんご <b>★こどもの日献立</b>	こめ(さとう) さとう ごま しらたまもち	牛乳 こうやどうふ もずく とうふ あぶらあげ きなこ	にんじん たけのこ ふき たまねぎ まいたけ ねぎ	2.8	58
7・水	ごはん かつおふりかけ 牛乳 うまに もやしのすのもの	こめ ごま さとう こめあぶら じゃがいも	牛乳 かつおぶし とりにく さつまあげ なまあげ しらすぼし わかめ	こんにやく にんじん ほししいたけ もやし さやいんげん こまつな	1.4	78
8・木	コッペパン 牛乳 ミネストローネ ツナサラダ	パン じゃがいも オリーブあぶら べにばなあぶら さとう	牛乳 だいず ぶたにく ツナ	にんじん たまねぎ しめじ にんにく トマト缶 だいこん	2.3	123
9・金	ぶたこんぶごはん 牛乳 とりにくのおろしやき ハシュランじる <b>★東小児童考案メニュー</b>	こめ ごま さとう こめあぶら ごまあぶら じゃがいも	牛乳 ぶたにく こんぶ とりにく だいず	にんじん だいこん ねぎ しょうが レモン たまねぎ ごぼう たけのこ きくらげ	2.1	98
12・月	ごはん 牛乳 とりにくとやさいのみそいため しらすとこんぶのあえもの	こめ こめあぶら さとう でんぶん ごまあぶら	牛乳 とりにく なまあげ あかみそ ツナ こんぶ しらすぼし	にんじん たまねぎ キャベツ しょうが こまつな	1.6	154
13・火	ごはん 牛乳 ししやものすやき すろっぽ さわにわん <b>★郷土料理の日(和歌山県)</b>	こめ さとう ながいも	牛乳 ししやも あぶらあげ ぶたにく	だいこん にんじん たまねぎ えのきたけ みつば	2.2	124
14・水	だいずいりドライカレー 牛乳 ひじきのマリネ	こめ バター でんぶん さとう べにばなあぶら	牛乳 だいず とりにく ぶたにく チーズ ヨーグルト ひじき ハム	たまねぎ にんじん パセリ しょうが にんにく トマト缶 ほうれんそう	1.6	126
15・木	はいがパン 牛乳 はるやさいのクリームシチュー コーンサラダ <b>★食べようデイ</b>	パン(さとう こむぎはいが バター) じゃがいも こめこ さとう べにばなあぶら	牛乳 とりにく チーズ スキムミルク なまクリーム しろいんげんまめのペースト	アスパラガス にんじん たまねぎ しめじ コーン キャベツ	2.2	133
16・金	まめごはん 牛乳 とんじる しんごぼうのチップス <b>★かむかむ献立</b>	こめ さといも こめあぶら でんぶん なたねあぶら	牛乳 ぶたにく あぶらあげ みそ あおのり	グリーンピース だいこん にんじん ねぎ ごぼう	2.0	93
19・月	ごはん 牛乳 さばのおやき こまつなのおひたし 5月のみそ汁 <b>★食育の日:和食の基本献立</b> <b>★今月のみそ汁</b>	こめ さとう じゃがいも	牛乳 さば かつおぶし とうふ みそ	こまつな もやし たまねぎ にんじん ねぎ	2.0	85
20・火	ミニこくとうパン 牛乳 かやくうどん〔1食用うどん〕 はるキャベツとちくわのごまあえ	パン(くろざとう) うどん さとう ごま ねりごま	牛乳 とりにく あぶらあげ わかめ ちくわ こんぶ	たまねぎ にんじん ねぎ まいたけ キャベツ こまつな	3.2	106
21・水	ごはん 牛乳 ジャージャンどうふ わかめのすのもの	こめ こめあぶら さとう でんぶん ごまあぶら ごま	牛乳 なまあげ ぶたにく あかみそ わかめ しらすぼし ちくわ	にんじん ほししいたけ たけのこ キャベツ こまつな しょうが にんにく もやし	1.8	115
22・木	てりやきワニバーガー 牛乳 ひよこまめのスープ <b>★特産物の日(庄原市)</b>	パン でんぶん なたねあぶら さとう オリーブあぶら	牛乳 さめ ひよこまめ ベーコン	しょうが キャベツ たまねぎ セロリ しめじ にんじん パセリ	2.9	84
23・金	ごはん 牛乳 だいずのごもくに スナップえんどうのごまマヨネーズあえ 〔1食用マヨネーズ〕	こめ さとう じゃがいも こめあぶら ごま マヨネーズ	牛乳 だいず とりにく さつまあげ こんぶ しらすぼし	ごぼう にんじん こんにやく さやいんげん スナップえんどう こまつな	1.5	90
26・月	ごはん 牛乳 チャプチェ やさいのちゅうかあえ	こめ ごまあぶら はるさめ さとう ごま	牛乳 ぶたにく	にんにく たまねぎ にんじん たけのこ こまつな いら もやし	1.1	119
27・火	おやこどんぶり 牛乳 もやしとあぶらあげのあえもの <b>卵除去食</b>	こめ さとう	牛乳 とりにく たまご あぶらあげ	たまねぎ にんじん ねぎ もやし いら	1.7	135
28・水	ごはん 牛乳 かつおとごぼうのあげに キャベツのごまずあえ	こめ でんぶん なたねあぶら さとう こめあぶら ごま	牛乳 かつお しらすぼし かまぼこ	しょうが ごぼう にんじん さやえんどう キャベツ	1.2	84
29・木	きんときまめのミートサンド 牛乳 やさいスープ フルーツのヨーグルトあえ	パン オリーブあぶら さとう でんぶん じゃがいも こめあぶら	牛乳 きんときまめ とりにく ぶたにく ベーコン ヨーグルト	たまねぎ にんじん キャベツ セロリ パセリ みかん缶 パイン缶 もも缶	2.8	126
30・金	ごはん 牛乳 たけのことこうやどうふのもの こまつなのおかあえ <b>★教科等と関連した献立</b>	こめ こめあぶら さとう	牛乳 こうやどうふ とりにく さつまあげ わかめ ちくわ かつおぶし	にんじん たまねぎ たけのこ ほししいたけ さやいんげん こまつな キャベツ えのきたけ	1.5	113
					1.9	153

\* ( )は、パン、ごはんに入っている材料、[ ]は1食用小袋のものです。

\* 詳しい材料が示してある、「学校給食献立別使用食材一覧表」を各学校に送っています。必要な方は、担任の先生までお申し出ください。

\* 食塩相当量と野菜の量を掲載していますので、食生活の参考にしてください。

\* 都合により、献立や食材料を変更することがありますのでご了承ください。

\* アレルギー対応として、これまでお子さんが食べたことがない食べ物が出ている場合は、念のため、ご家庭で事前に食べる経験をしておく等、ご配慮ください。

\* 20日(火)1食用うどんは、同じ製造ラインで、卵を使った麺、日本そばを製造しています。