



れいわ ねん がつ

令和7年5月

学校給食予定献立表

野田市立尾崎小学校

日	曜	こん だて めい 献 立 名	おも ざいりょう 主な材 料とそ のはたら き			エネルギー たんぱく質 脂質 塩分	備考
			ちにくほね 血・肉・骨になるもの (あかのたべもの)	ねつちから 熱や力になるもの (きいろのたべもの)	からだちょうし 体の調子をととのえるもの (みどりのたべもの)		
1	木	むぎごはん		ごめ おおむぎ			801kcal 10.3% 22.9% 2.5g
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
		おさきしょうカレー	ぶたにくはなまめ	あぶら しゃがいも こむぎこバター	たまねぎ にんにく しょうが にんじん りんご グリンピース		
		わかめサラダ ばんかん	わかめ	あぶら さとう ごま	キャベツ にんじん かわちばんかん		
2	金	げんきもりもりなっとうどんぶり	どりにくなっとう	ごめ あぶら さとう ラーゆ	しょうが にんにく ねぎ だいこんのは		727kcal 14.9% 29% 2.7g
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
		さわにわん	ぶたにく		ごぼう にんじん だいこん ねぎ つきこんにゃく		
		じゃがいものみそサラダ てづくりまっちゃんプリン		じゃがいも あぶら さとう ごま	こまつな にんじん まっちゃんプリン		
7	水	ピザトースト	まぐろちりめんじゃこチーズ	パン あぶら	にんにく たまねぎ ピーマン マッシュルーム		749kcal 15.3% 34.1% 4.4g
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
		イタリアンスープ	とりにくたまご	あぶら パンこ	にんじん たまねぎ セロリー えのきだけ コーン ほうれんそう		
		ジャーマンポテト ちばにんじんゼリー	ウインナー	あぶら じゃがいも	にんじん たまねぎ コーン バセリ		
8	木	はつがげんまいごはん		ごめ はつがげんまい			677kcal 13.3% 20.2% 3.7g
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
		ちゅうかどんのぐ	ぶたにく なるとえび いか	あぶら かたくりこ	しょうが たまねぎ きくらげ にんじん はくさい チンゲンサイ ねぎ		
		ナムル ワンタンスープ	のり	さとう あぶら ラーゆ	にんじん もやし こまつな		
9	金	ごはん		ごめ			760kcal 15% 31.6% 3.6g
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
		さばのてりやき	さば	さとう かたくりこ ごま	ごぼう にんじん えのきだけ つきこんにゃく		
		じゃがいもきんぴら とうふとあぶらあげのみそしる	まぐろ あぶらあげ とうふ わかめ	さとう ごま じゃがいも	にんじん たまねぎ ねぎ		
12	月	なめし		ごめ	なめしのもの		568kcal 11.9% 20.1% 1.9g
		牛乳	ぎゅうにゅう				
		アジのこうそうばんこやき	あじ	パンこ オリーブゆ	バセリ にんにく バジル		
		リヨネーズポテト ABCスープ	ハム	あぶら じゃがいも	たまねぎ ピーマン にんじん たまねぎ キャベツ トマト こまつな		
13	火	ごはん		ごめ			680kcal 13.5% 29.9% 2.5g
		牛乳	ぎゅうにゅう				
		とうふハンバーグ キャベツとアーモンドのサラダ	ぶたにく おから とうふたまご とうにゅう	あぶら バター かたくりこ	たまねぎ しめじ		
		ミネストローネスープ	ペーパー だいす	アーモンド さとう あぶら	キャベツ もやし きゅうり にんじん		
14	水	はつがげんまいごはん		ごめ はつがげんまい			671kcal 12.6% 24.5% 2.2g
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
		きびなごカリカリフライ	きびなご	あぶら			
		中華あえ 八宝菜	ぶたにく うずらたまご いか	あぶら さとう ごま	もやし ほうれんそう コーン		
15	木	けんちんうどん	ぶたにく とうふ	さといも うどん	ごぼう にんじん だいこん ねぎ にんにゃく		630kcal 20.4% 22.7% 3.7g
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
		スタミナいため	とりにく	あぶら さとう かたくりこ	にんにく しょうが きくらげ にんじん キャベツ もやし		
		あじつきこざかな おさきパン(メロン)	かえりにほし				
16	金	みそかつどん	とりにく	ごめ こむぎこ パンこ かたくりこ あぶら さとう	にんにく		717kcal 16% 22.3% 3.6g
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
		キャベツのじゃこあえ とうふのすまじる	ちりめんじゃこ とうふ わかめ	あぶら さとう	キャベツ ほうれんそう にんじん だいこん えのきだけ	運動会 応援 メニュー	
		ごはん		さとう			
20	火	牛乳	ぎゅうにゅう	ごめ			673kcal 16% 24.2% 2.6g
		マヒマヒのフィナデニソース ねぎたれのナムル	しいら	かたくりこ あぶら さとう	たまねぎ レモン		
		たまごとはるさめのスープ	なると たまご	さとう あぶら ごま	こまつな もやし にんじん しょうが にんにく ねぎ		
		ピスキューイパン 牛乳	たまご	はるさめ かたくりこ	にんじん チンゲンサイ ねぎ		
21	水	かぶととりにくのシチュー	とりにく ベーコン ぎゅうにゅう どうにゅう スキムミルク	あぶら じゃがいも ごめ バター クリーム	たまねぎ にんじん かぶ かぶのは		694kcal 13% 34.8% 2.6g
		かいそうサラダ	わかめ	さとう あぶら	キャベツ きゅうり たまねぎ コーン		
		ごはん		ごめ			
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
22	木	ししゃものてりやき はるさめサラダ マー婆ーどうふ	ししゃも	さとう ごま	しょうが		756kcal 16.1% 29.6% 2.6g
		はるさめ		はるさめ あぶら さとう ごま	きゅうり にんじん にんにく		
		マー婆ー	どうふ	あぶら さとう かたくりこ	しょうが にんにく にんじん ねぎ だけのこ しいだけにら		

れいわ ねん がつ
令和7年5月がっこうきゅうしょくよていこんだてひょう
学校給食予定献立表

野田市立尾崎小学校

日曜	こんだてめい 献立名	おもざいりょう 主な材料とその はたらき			エネルギー たんぱく質 脂質 塩分	備考
		ちにくほね 血・肉・骨になるもの (あかのたべもの)	ねつちから 熱や力になるもの (きいろのたべもの)	からだちょうし 体の調子をととのえるもの (みどりのたべもの)		
23 金	わかめごはん	わかめ	こめ		680kcal 14% 26.6% 2.8g	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	たまごやき	たまご すけとうたら はなまめ かつおぶし	さとう			
	アーモンドピーンズ	いりだいす	アーモンド ごま さとう			
	和風ポトフ	ウインナー	あぶら じゃがいも	ねぎ にんじん れんこん キャベツ かぶ じめじ		
26 月	ピビンバ	ふたにく	こめ さとう あぶら	しょうが にんにく にんじん しいたけ せんまい だけのこ もやしほうれんそう	696kcal 13.6% 28.6% 3g	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	かんこくふうピリカラあえ		あぶら さとう ごま	たいこん きゅうり にんじん にんにく		
	かんこくふうスープ	ふたにく とうふ	あぶら さとう ごま	しょうが にんにく にんじん もやし にら ねぎ		
	ひとくちアセロラゼリー		アセロラゼリー			
27 火	ソースやきそば	ふたにく あおのり	あぶら ちゅうかめん	しょうが にんじん たまねぎ キャベツ	680kcal 16.4% 35.3% 4.2g	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	サンラータン	ふたにく とうふ たまご	かたくりこ ラーゆ あぶら	だけのこ にんじん しいたけ ねぎ		
	もやしのサラダ		さとう あぶら ごま	もやし にんじん		
	きなこプリン	ぎゅうにゅう ゼラチン きなこ	クリーム さとう			
28 水	はつがげんまいごはん		こめ はつがげんまい		759kcal 13.8% 18.4% 2.3g	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	鶏肉と野菜の黒酢あんかけ	とりにく	こむぎこ かたくりこ あぶら さとう	たまねぎ にんじん ブロッコリー れんこん		
	やさいのごまあえ		さとう ごま	ほうれんそう もやし		
	ぐだくさんみそしる	あぶらあげ とうふ	じやがいも	たいこん キャベツ ねぎ こまつな		
29 木	きなこトースト	きなこ	パン マーガリン さとう		738kcal 14% 37.1% 2.9g	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	やさいスープ	とりにく ウインナー	あぶら じゃがいも	しょうが たまねぎ にんじん キャベツ かぶ グリーンピース		
	こまつなアーモンドあえ		さとう ごま アーモンド	こまつな にんじん ほくさい		
30 金	ごはん		こめ		713kcal 14.3% 26.4% 3.2g	5年生 校外学習
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	ちくわのマヨネーズやき	ちくわ だっしんにゅう こなチーズ とうにゅう かつおぶし	ソッピング マヨネーズ クリーム	パセリ		
	コーンサラダ	わかめ	あぶら さとう ラーゆ	コーン にんじん きゅうり		
	にら卵雑煮汁	とりにく たまご わかめ	あぶら かたくりこ しらたまもち	にんにく にんじん ほくさい にらねぎ		

きゅう しょく かい すう かい
給 食 回 数 19 回※材料の都合により献立を変更することがあります。
※献立表は、主な食品を表記しており、市販の加工品（パン・ふりかけ・デザート等）に含まれる微量食品は、表記していない場合があります。

2日： 5月5日はこどもの日（端午の節句）です。
男の子の誕生と、すこやかな成長を祝う日とされています。
給食では手作りプリンでお祝いです。

16日： 17日が運動会なので、味噌カツ丼で応援です。
もりもり食べて力をつけて、運動会を楽しんでください。

20日： 「マヒマヒのフィナデニソース」のマヒマヒとは、しいらというお魚のことをいいます。
釣る時の引きの強さから、ハワイの言葉で「強い」という意味のマヒマヒという名前がついたとされています。
フィナデニソースとは、グアムでよく使われているソースです。
日本の料理にもなじむ醤油ベースのソースです。
給食では、たまねぎ、しょうゆ、砂糖、レモン汁、一味唐辛子を使用して作ります。



米、発芽玄米、にんじん、ほうれんそう、こまつな 預定

だんだん暑くなっています。
朝ご飯をしっかりと食べて、