



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 さいりょう はたら 主 な 材 料 と そ の 働 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 | こめ おおむぎ | | 801kcal 10.3% 22.9% 2.5g | 野教研 |
| | | ぎゅうにゅう | | | | |
| | | おさきしょうカレー | あぶら じゃがいも こむぎこ パター | 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 | あぶら さとう ごま | キャベツ にんじん | | |
| | | ばんかん | | かわちばんかん | | |
| 2 | 金 | げんきもりもりなっとうどんぶり | とりにく なっとう | こめ あぶら さとう ラーゆ | 727kcal 14.9% 29% 2.7g | こどもの日 メニュー |
| | | ぎゅうにゅう | | | | |
| | | さわにわん | | 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 | じゃがいも あぶら さとう ごま | こまつな にんじん | | |
| | | てつくりまっちゃプリン | まっちゃプリン | | | |
| 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 | 749kcal 15.3% 34.1% 4.4g | |
| | | 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 | | |
| | | ジャーマンポテト | ウインナー | あぶら じゃがいも | | |
| | | ちばにんじんゼリー | ゼリー | にんじん たまねぎ コーン パセリ | | |
| 8 | 木 | はつがげんまいごはん | こめ はつがげんまい | | 677kcal 13.3% 20.2% 3.7g | |
| | | ぎゅうにゅう | | | | |
| | | ちゅうかどんのぐ | 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 | さとう あぶら ラーゆ | にんじん もやし こまつな | | |
| | | ワンタンスープ | ワンタンのかわ かたくりこ さとう あぶら | にんじん キャベツ しょうが ねぎ チンゲンサイ | | |
| 9 | 金 | ごはん | こめ | | 760kcal 15% 31.6% 3.6g | |
| | | 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 | | |
| | | じゃがいもきんぴら | まぐろ | さとう ごま じゃがいも | | |
| | | とうふとあぶらあげのみそしる | あぶらあげ とうふ わかめ | ごぼう にんじん えのきだけ つきこんにゃく | | |
| 12 | 月 | なめし | | こめ | 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 | | |
| | | リヨネースポテト | ハム | あぶら じゃがいも | | |
| | | ABCスープ | とりにく | マカロニ | | |
| 13 | 火 | ごはん | こめ | | 680kcal 13.5% 29.9% 2.5g | |
| | | 牛乳 | ぎゅうにゅう | | | |
| | | とうふハンバーグ | あぶら かつお とうふ たまご とうふ | たまねぎ しめじ | | |
| | | キャベツとアーモンドのサラダ | 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 | | |
| | | ミネストローネスープ | ベーコン だいず | たまねぎ にんじん セロリ トマト パセリ | | |
| 14 | 水 | はつがげんまいごはん | こめ はつがげんまい | | 671kcal 12.6% 24.5% 2.2g | |
| | | ぎゅうにゅう | | | | |
| | | きびなごカリカリフライ | あぶら | | | |
| | | 中華あえ | あぶら さとう ごま | もやし ほうれんそう コーン | | |
| | | 八宝菜 | あぶら かたくりこ | しょうが にんにく たまねぎ にんじん だけのこ はくさい きくらげ しいたけ グリンピース | | |
| 15 | 木 | けんちんうどん | あぶらに とうふ | さといも うどん | 630kcal 20.4% 22.7% 3.7g | |
| | | ぎゅうにゅう | | | | |
| | | スタミナため | とりにく | あぶら さとう かたくりこ | | |
| | | あじつきこざかな | かえりにほし | | | |
| | | おさきパン(メロン) | たまご | パン パター さとう こむぎこ | | |
| 16 | 金 | みそかつどん | とりにく | こめ こむぎこ パンこ かたくりこ あぶら さとう | 717kcal 16% 22.3% 3.6g | 運動会 応援 メニュー |
| | | ぎゅうにゅう | ぎゅうにゅう | | | |
| | | キャベツのじゃこあえ | ちりめんじゃこ | あぶら | | |
| | | とうふのすましじる | とうふ わかめ | さとう | | |
| | | | | にんじん だいこん えのきだけ | | |
| 20 | 火 | ごはん | こめ | | 673kcal 16% 24.2% 2.6g | |
| | | 牛乳 | ぎゅうにゅう | | | |
| | | マヒマヒのフィナデニソース | しいら | かたくりこ あぶら さとう | | |
| | | ねぎたれのナムル | | さとう あぶら ごま | | |
| | | たまごとはるさめのスープ | なると たまご | はるさめ かたくりこ | | |
| 21 | 水 | ビスキュイパン | たまご | パン パター さとう こむぎこ アーモンド | 694kcal 13% 34.8% 2.6g | |
| | | 牛乳 | ぎゅうにゅう | | | |
| | | 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 とうふ スキムミルク | あぶら じゃがいも こめ パター クリーム | | |
| | | 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 | | |
| 22 | 木 | ごはん | こめ | | 756kcal 16.1% 29.6% 2.6g | |
| | | ぎゅうにゅう | ぎゅうにゅう | | | |
| | | ししゃものてりやき | ししゃも | さとう ごま | | |
| | | はるさめサラダ | はるさめ あぶら さとう ごま | しょうが | | |
| | | マーボーとうふ | あぶらに とりにく だいず とうふ | あぶら さとう かたくりこ | | |



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 献 | だ て 立 | め い 名 | おも　　さいりょう　　はたら　　き 主　　な　　材　　料　　と　　そ　　の　　働　　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 | | | | |
| | | アーモンドピーズ | | いりだいず | 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 しめじ | | | |
| 26 | 月 | ピビンバ | | ぶたにく | こめ さとう あぶら | しょうが にんにく にんじん しいたけ ぜんまい いたけのこ 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 | だいこん きゅうり にんじん にんにく | | | |
| | | かんこくふうスープ | | ぶたにく 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 たら 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 | | ぶたにく あおのり | あぶら ちゅうがめん | 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 | | ぶたにく とうふ たまご | かたくりこ ラーゆ あぶら | たけのこ 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 ぜらチン 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 さつまいも | 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 | じゃがいも | だいこん 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 グリンピース | | | |
| | | こまつなのアーモンドあえ | | | さとう ごま アーモンド | こまつな にんじん ほくさい | | | |
| | | ごはん | | | こめ | | | | |
| 30 | 金 | ぎゅうにゅう | | ぎゅうにゅう | | | | 713kcal 14.3% 26.4% 3.2g | 5年生 校外学習 |
| | | ちくわのマヨネーズやき | | ちくわ だしふんにゅう こなチーズ とうにゅう かつおぶし | ノエグ マネー 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 しらすたまもち | にんにく にんじん ほくさい にら ねぎ | | | |
| | | | | | | | | | |
| ぎゅう しょう 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。 | | | | |

今月の献立

- 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。



野田の食材

米、発芽玄米、にんじん、ほうれんそう、こまつな 予定

だんだんと暑くなってきました。
朝ご飯をしっかりと食べて、

