



5月分 給食献立予定表

2025.5月 小学校
さくら市喜連川給食センター

日 付	こ ん だ て め い	カロリー(kcal) たんぱく質(g) しじつ(g) えんぶん(g)	お も な ざ い り よ う		
			血 や 肉 に な る (赤)	体 の 調 子 を と と の え る (緑)	力 や 熱 の も と に な る (黄)
1 (木)	はやね・はやおき・朝ごはんを心がけましょ ごはん 牛乳 アジフライ (ソース) くきわ かめのごもくきんびら とうふとわかめの みそ汁	623 24.2 17.7 2.6	アジ 牛乳 ぶたにく わかめ さつまあげ くきわかめ とうふ みそ	にんじん えのき ごぼう ねぎ こんにやく	こめ 油 さとう
2 (金)	ミルクパン 牛乳 スペインふうオムレツ はなやさいとパスタのサラダ ブラウンシ チュー ラムネゼリー	677 25.4 21.9 3	たまご 牛乳 ぶたにく ツナ	ブロッコリー きやべつ にんじん たまねぎ とまとかん カリフラワー とうもろこし マシュルーム	パン 油 マカロニ ドレッシング じゃがいも さとう ゼリー
7 (水)	しよくパン 牛乳 やきそば はんぺん チーズフライ ほうれんそうのごまあえ ジャム&マーガリン	696 22.6 26.9 2.9	ぶたにく 牛乳 はんぺん チーズ	にんじん キャベツ ほうれんそう たまねぎ もやし	パン 油 やきそばめん マーガリン ジャム すりごま さとう
8 (木)	ごはん 牛乳 とりにくのみそやき のり ずあえ とん汁	598 29.5 14.5 2.1	とりにく 牛乳 ぶたにく のり ツナ とうふ みそ	にんじん もやし ほうれんそう ごぼう だいこん こんにやく ねぎ	こめ ごま じゃがいも 油 さとう
9 (金)	はちみつパン 牛乳 たれつきにくだんご (2) ひじきとまめのサラダ マカロニのク リームに	621 26.9 18.8 3	ぶたにく 牛乳 とりにく ひじき いんげんまめ	にんじん きゅうり ブロッコリー たまねぎ ほうれんそう きやべつ	パン マーガリン マカロニ ドレッシング はちみつ
12 (月)	ごはん 牛乳 ハッシュドポーク ブロッ コリーとジャコのサラダ パンナコッタ	654 19.3 19 2.6	ぶたにく 牛乳 ちりめんじゃこ	にんじん きやべつ ブロッコリー きゅうり たまねぎ マシュルーム エリンギ	こめ 油 パンナコッタ ドレッシング
13 (火)	ごはん 牛乳 にぎかな (サバのみそに) きりぼしだいこんのいために いろいろや さいのみそ汁	652 22 20.7 2.2	さば 牛乳 さつまあげ あぶらあげ	にんじん きりぼしだいこん こまつな だいこん いんげん ほししいたけ ごぼう こんにやく ねぎ	こめ 油 じゃがいも さとう
14 (水)	こくとうパン 牛乳 ハンバーグとまと ソースかけ ポテトサラダ ABCスープ	655 23.8 23.2 2.6	ぶたにく 牛乳 とりにく	とまとかん たまねぎ にんじん きやべつ きゅうり とうもろこし えのき	パン 油 じゃがいも マヨネーズ (卵使 用) マカロニ さとう
15 (木)	ごはん 牛乳 てづくりからあげ ちゅう かふうはるさめサラダ ギョウザスープ	670 25.5 18.6 2	とりにく 牛乳 ハム ぶたにく	にんじん もやし にら きゅうり ねぎ きやべつ	こめ 油 はるさめ でんぶん さとう ごま油
16 (金)	バターコッペパン 牛乳 ミートオムレツ ツナキャベツサラダ にくだんごとはるさ めのスープ	645 22.3 30.1 2.9	ぶたにく 牛乳 たまご ツナ	にんじん きゅうり こまつな きやべつ たまねぎ しいたけ もやし	パン さとう はるさめ はるさめ さとう エッグ・ケマヨネーズ
19 (月)	ごはん 牛乳 ぶたにくとやさいのしょう がいため じゃがいものみそ汁 フルーツ のゼリーあえ	669 23.6 16.1 1.7	ぶたにく 牛乳 あぶらあげ わかめ みそ	にら たまねぎ にんじん ねぎ みかん汁 パイナップル もも汁	こめ 油 じゃがいも ゼリー
20 (火)	ごはん 牛乳 やきざかな (サバぶなかぼ し) ちくぜんに にらとかんぴょうのかき たま汁	610 27.5 16.9 2.3	さば 牛乳 とりにく たまご ちくわ	にんじん かんぴょう にら たまねぎ さやいんげん ほししいたけ ごぼう たけのこ こんにやく	こめ 油 さとう
21 (水)	食パン 牛乳 やさいグラタン コーンサ ラダ スパゲッティナポリタン チョコク リーム	668 18.5 25.9 2	牛乳 ウインナー	にんじん きゅうり ピーマン たまねぎ ブロッコリー きやべつ とうもろこし	パン 油 スパゲッティ マーガリン チョコクリーム ドレッシング
22 (木)	にしよくごはん (ごはん・たまごいりとり そぼろ・ごまあえ) 牛乳 キムチとん汁	607 26.5 15.8 2.4	とりにく 牛乳 ぶたにく たまご とうふ みそ	ほうれんそう もやし にんじん だいこん ごぼう もやし こんにやく ねぎ	こめ 油 じゃがいも さとう いりごま
23 (金)	シェルパン 牛乳 ハムカツ (ソース) 牛乳 まめいりコールスローサラダ しろいんげ んのポタージュ	652 23.1 24.5 3	ハム 牛乳 ウインナー いんげんまめ	にんじん たまねぎ ほうれんそう きゅうり きやべつ	パン 油 マーガリン ドレッシング
26 (月)	ごはん 牛乳 あげギョウザあまずかけ(2) もやしのナムル もずくのちゅうかスープ	600 18.5 18.3 2.1	ぶたにく 牛乳 たまご もずく かまぼこ	にんじん もやし ほうれんそう たけのこ こまつな ねぎ	こめ 油 さとう でんぶん ごま油
27 (火)	ごはん 牛乳 ポークカレー シーザーサ ラダ けんさんヨーグルト	717 20.9 22.3 2.1	ぶたにく 牛乳 ヨーグルト	とまとかん きやべつ ブロッコリー きゅうり にんじん たまねぎ きりぼしだいこん	こめ 油 じゃがいも クルトン ドレッシング (乳 使用)
28 (水)	バターコッペパン 牛乳 カレーコロッケ きりぼしだいこんのちゅうかサラダ ふわ ふわスープ とちあいかいちごジャム	688 21.8 26.1 3.5	とりにく 牛乳 ベーコン チーズ たまご	にんじん きゅうり ほうれんそう キャベツ パセリ たまねぎ きりぼしだいこん	パン マーガリン じゃがいも 油 さとう パンこ
29 (木)	ごはん 牛乳 マーボーどうふ えびしゅ うまい にらのわふうあえ	654 26.3 20.2 1.6	ぶたにく 牛乳 とうふ だいた えび みそ	にんじん ねぎ にら もやし いんげん	こめ 油 でんぶん さとう ごま油 いりごま ドレッシング
30 (金)	ミルクパン 牛乳 チキンのチーズパンこ やき かいそうサラダ ミネストローネ	622 26.8 21.9 3.1	とりにく 牛乳 ウインナー チーズ だいた わかめ	にんじん きやべつ とまとかん きゅうり たまねぎ とうもろこし セロリ	パン 油 じゃがいも マカロニ さとう

◆材料等の都合により献立が変更になる場合があります。

※くわしくは喜連川給食センターへ TEL 028-686-2600

◆小学校一回あたりの学校給食摂取基準 エネルギー 650kcal、たんぱく質 24.4g、脂質 20.0g

