

令和8年度 5月献立表

日	献立名	飲用牛乳	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	1献立 - たんぱく質
1 金	焼きカレーパン	○	大豆,豚ひき肉,鶏卵	3-トングパン,油,バター,三温糖,小麦粉,ドライパン粉	にんにく,セロリー,古根生姜,たまねぎ,にんじん	813 34.5
	ポトフ		豚肉	油,じゃがいも	にんじん,たまねぎ,古根生姜,キャベツ	
	抹茶ゼリー		粉寒天,きな粉	グラニュー糖,三温糖		
7 木	磯おこわ	○	干ひじき(乾),刻み昆布,油揚げ	米,もち米,しらたき,砂糖	にんじん	783 34.7
	あじフライ		あじ開き	小麦粉,生パン粉,ドライパン粉,大豆白絞油		
	辛子和え				にんじん,キャベツ,もやし,小松菜	
	新じゃが芋と豆腐の麦みそ汁		昆布(だし),木綿豆腐,麦みそ	じゃがいも	たまねぎ,長ねぎ,スナックえんどう	
8 金	鶏と新ごぼうのピラフ	○	鶏肉	油,バター,米	古根生姜,にんじん,ごぼう,たまねぎ,ピーマン	713 27.7
	ポテトとコーンのチーズ焼き		調理用牛乳,ピザ用チーズ	油,バター,じゃがいも	たまねぎ,スイートコーン,パセリ	
	キャベツとベーコンのスープ		ベーコン		古根生姜,にんじん,本しめじ,キャベツ,小松菜	
9 土	ピピンパ	○	豚ひき肉,鶏卵	米,米粒麦,油,砂糖,ごま油,白すりごま,白いりごま	古根生姜,にんにく,小松菜,もやし,にんじん	750 32.1
	キムチスープ		豚肉,木綿豆腐,赤みそ	油	古根生姜,はくさい,キムチ漬,えのきたけ,キャブ,にら	
	パインアップル				パインアップル	
11 月	振替休業日					
12 火	枝豆ゆかりごはん	○		米,おおむぎ(押麦)	ゆかり,えだまめ	711 33.5
	五月煮		昆布(だし),豚肉	油,こんにゃく,じゃがいも,砂糖	にんじん,たけのこ水煮,水ふき	
	ししゃものごま焼き		ししゃも,塩麴	白いりごま		
	清美オレンジ				清見オレンジ	
13 水	きなこ揚げパン	○	きな粉	3-トングパン,大豆白絞油,グラニュー糖,砂糖		851 30.9
	鶏肉とマカロニのクリーム煮		鶏肉,調理用牛乳,豆乳,生クリーム	油,じゃがいも,油,バター,小麦粉,マカロニ	たまねぎ,にんじん,古根生姜,マッシュルーム水煮, グリーンアスパラ	
	糸寒天サラダ		糸寒天	油,ごま油,砂糖,白すりごま,白いりごま	にんじん,キャベツ,小松菜,たまねぎ	
14 木	ジャージャー麺	○	豚ひき肉,塩麴,大豆,八丁みそ	ごま油,油,蒸し中華めん,砂糖,でん粉	古根生姜,にんにく,たけのこ水煮,長ねぎ,もやし, チンゲンツァイ	853 33.7
	レタス卵スープ		ベーコン,木綿豆腐,鶏卵	でん粉	にんじん,たまねぎ,本しめじ,古根生姜,レタス	
	さつまいもと小魚の揚げ煮		かえり煮干し,大豆	大豆白絞油,さつまいも,砂糖		
15 金	チキンライス	○	鶏肉	米,米粒麦,油,バター	にんじん,たまねぎ,マッシュルーム水煮,トマト,ピーマン	763 33.1
	大豆ハンバーグ甘酢あん		豚ひき肉,木綿豆腐,大豆,干ひじき(乾),鶏卵	油,生パン粉,三温糖,でん粉	たまねぎ,古根生姜	
	野菜スープ		豚肉	油	古根生姜,にんじん,キャベツ,もやし	
18 月	中華ごはん	○	豚肉	米,もち米,ごま油,油,砂糖	古根生姜,本しめじ,長ねぎ,にんじん,小松菜	782 34.8
	卵焼きの中華あんかけ		豚ひき肉,鶏卵	油,砂糖,でん粉	たまねぎ,たけのこ水煮,にんじん,セロリー	
	ビーフンソテー		ベーコン	油,ビーフン	古根生姜,たまねぎ,にんじん,小松菜	
	わかめとかぶのスープ		乾燥カットわかめ	白いりごま,ごま油	古根生姜,にんじん,もやし,かぶ,長ねぎ	
19 火	スイートロールパン	○		スイートロールパン		861 32.6
	白いんげん豆入りコロッケ		豚ひき肉,白いんげん豆(乾),調理用牛乳	油,じゃがいも,バター,ポテト粉,小麦粉, 生パン粉,ドライパン粉,大豆白絞油	にんじん,たまねぎ	
	ゆで野菜				キャベツ,にんじん	
	ひよこ豆入りトマトスープ		ベーコン,ひよこ豆	油	たまねぎ,にんじん,古根生姜,キャベツ, トマト缶詰,スイートコーン,パセリ	
20 水	ごはん	○		米,米粒麦		784 32.3
	回鍋肉		豚肉,赤みそ	油,三温糖,でん粉	にんにく,キャベツ,ピーマン,長ねぎ,エリンギ	
	卵ワンタンスープ		鶏卵,豚ひき肉	でん粉,ワンタンの皮,ごま油	古根生姜,たまねぎ,にんじん,もやし,長ねぎ,にら	
	オレンジゼリー		粉寒天	砂糖	オレンジジュース,みかん缶	
21 木	ごはん	○		米,米粒麦		723 28.8
	ふりかけ		ちりめんじゃこ,削り昆布	白いりごま		
	鶏肉と野菜の煮物		鶏肉,塩麴,さつまいも揚げ,厚揚げ	油,糸こんにゃく,じゃがいも,砂糖	にんじん,たまねぎ,さやえんどう	
	豆腐とだいこんのみそ汁		昆布(だし),木綿豆腐,油揚げ,赤みそ,白みそ		大根,小松菜	
22 金	かてめし	○	豚肉,塩麴,油揚げ	米,油,砂糖	にんじん,かんぴょう(乾),干し椎茸,小松菜	736 36.8
	かつおの揚げ煮		かつお 角切り	でん粉,大豆白絞油,砂糖,白すりごま	古根生姜	
	もやしの甘酢和え			三温糖,ごま油,白すりごま	もやし,にんじん,きゅうり	
	沢煮碗		昆布(だし),豚肉	でん粉	干し椎茸,ごぼう,にんじん,えのきたけ,大根,長ねぎ	
25 月	レタスチャーハン	○	豚肉,鶏卵	油,米,米粒麦	古根生姜,長ねぎ,にんじん,レタス	793 38.7
	鶏肉のごまだれ焼き		鶏肉切り身	ごま油,三温糖,白ねりゴマ,白すりごま	古根生姜,長ねぎ	
	もやしスープ		ベーコン	ごま油	古根生姜,にんじん,もやし,本しめじ,長ねぎ, チンゲンツァイ	
26 火	二色丼	○	豚ひき肉,大豆,鶏卵	米,米粒麦,油,砂糖	ごぼう	810 36.6
	土佐和え		かつお節粉,かつお節		にんじん,キャベツ,小松菜	
	田舎汁		昆布(だし),木綿豆腐,油揚げ,白みそ,赤みそ	つきこんにゃく,じゃがいも	にんじん,大根,長ねぎ	
	冷凍みかん				冷凍みかん	
27 水	山菜うどん	○	昆布(だし),豚肉,油揚げ	冷凍うどん	にんじん,たまねぎ,ねぎ,わらび水煮	738 33.8
	いかのかりんとう揚げ		いか	でん粉,大豆白絞油	古根生姜,長ねぎ	
	ツナとわかめのあえ物		乾燥カットわかめ,まぐろ缶詰(油漬ルータイプ)	ごま油,砂糖	キャベツ,にんじん,きゅうり,古根生姜	
28 木	きつねごはん	○		油揚げ	米,米粒麦,三温糖	730 37.9
	魚のごまみそかけ		ホキ,赤みそ,白みそ	砂糖,白すりごま,でん粉	しょうが汁	
	昆布サラダ		塩昆布	ごま油,砂糖	にんじん,キャベツ,小松菜	
	もすくのかきたま汁		昆布(だし),豆腐,鶏卵,沖繩もすく(塩蔵,塩抜き)	でん粉	干し椎茸,たまねぎ,にんじん	
29 金	チンジャオロース丼	○	豚肉	米,米粒麦,油,でん粉,砂糖,ごま油	にんにく,古根生姜,にんじん,たまねぎ, たけのこ水煮,ピーマン	819 38.5
	ひじきシューマイ		豚ひき肉,生おから,干ひじき(乾)	ごま油,三温糖,でん粉,しょうがの皮	たまねぎ,キャベツ,長ねぎ,干し椎茸,古根生姜	
	中華スープ		ナルト,木綿豆腐	白いりごま	古根生姜,にんじん,たけのこ水煮,干し椎茸, 長ねぎ,小松菜	

*食材の購入ならびに学校行事等の都合により献立を変更することがあります。