

令和7年度 5 月 分 学 校 給 食 予 定 献 立 表 毛呂山町学校給食センター

日曜日	献立		食材料(太字は毛呂山町産の予定)			栄養価		
	主食・のみもの つけるもの・かけるもの	おかず デザートなど	主に血や肉を作る食品 (赤色の食品)	主に体の調子を整える食品 (緑色の食品)	主に熱や働きになる食品 (黄色の食品)	エネルギー kcal	たんぱく質 g	
1 木	ごはん 牛乳	かきたまスープ 焼き肉(角)	牛乳、鶏肉、鶏卵、豚肉	にんじん、たまねぎ、こまつな、根しょうが、にんにく、ピーマン	ごはん、ごま油、でん粉、米ぬかサラダ油	617 777	28.9 35	
2 金	コッペパン 牛乳	米粉のクリームシチュー 焼きウインナー (小1〜2①小3〜6②中①バ) ミートソース(角)	牛乳、鶏肉、ウインナー ソーセージ、豚肉、チー ーズ	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、根 しょうが、にんにく、トマトピューレー	コッペパン、米ぬかサラダ 油、じゃがいも、バター、米 粉、パン粉	646 810	27.8 34.7	
7 水	ごはん 牛乳	コロコロ野菜のスープ タコライスの具(バ) パリパリ塩キャベツ(角)	牛乳、ウインナーソー セージ、豚肉	にんじん、たまねぎ、だいこん、とうも ろこし、キャベツ	ごはん、じゃがいも、米ぬか サラダ油	621 769	23.7 27.9	
8 木	ごはん 牛乳	けんちん汁 やきそばのねぎみそかけ(バ) 豚肉と切り干し大根のカレーきんぴら(角)	牛乳、鶏肉、煮干し、削り 節、豆腐、さば、赤みそ、 豚肉	ごぼう、にんじん、たまねぎ、しめじ、 根しょうが、根菜ねぎ、切干しだいこ ん、こんにゃく	ごはん、ごま油、さつまい も、三温糖、米ぬかサラダ 油	660 834	27.3 33.1	
9 金	地粉うどん 牛乳	カレー鶏南蛮うどんの汁 笹かまぼこの お茶の葉揚げ(バ) ごぼうサラダ(角)	牛乳、煮干し、削り節、鶏 肉、油揚げ、笹かまぼこ	にんじん、たまねぎ、根菜ねぎ、ほう れんそう、せん菜、抹茶、ごぼう、とう もろこし、きゅうり	地粉うどん、でん粉、米ぬ かサラダ油、米粉、小麦 粉、なたね油、マヨネーズ タイプ調味料(卵不使用)、上 白糖	644 825	26.6 32.9	
12 月	ごはん 牛乳	五目つみれ汁 ハンバーグ新たまねぎソース(バ) カラフルポテト(角)	牛乳、煮干し、削り節、白 身魚つみれ、豆腐、ハン バーグ	ごぼう、にんじん、だいこん、根菜ね ぎ、根しょうが、たまねぎ、とうもろこ し、きゅうり	ごはん、ごま油、三温糖、 じゃがいも	640 812	25.2 31.3	
13 火	ごはん 牛乳	マーボー豆腐 中華サラダ(角)	牛乳、豚肉、豆腐	にんにく、根しょうが、根菜ねぎ、にん じん、たけのこ、きゅうり、もやし、こ まつな	ごはん、米ぬかサラダ油、 三温糖、でん粉、上白糖、 ごま油	625 799	27.5 33.7	
14 水	ミニきな粉と 抹茶の揚げパン(バ) 牛乳	ミートボールとアスパラガスのクリーム煮 ウインナーのケチャップ炒め(角) 角チーズ(ピ中)	牛乳、鶏肉、肉団子、き なこと、ウインナーソーセ ージ、チーズ	たまねぎ、にんじん、 グリーンアスパガス、 抹茶、根しょうが、 根菜ねぎ、ピーマン	米ぬかサラダ油、じゃがい も、米粉、バター、コッ ペパン、なたね油、上白 糖、三温糖	644 750	25.8 32.9	
15 木	ごはん 牛乳	トック入りキムチスープ ブルコギポーク(角)	牛乳、鶏肉、豚肉	根しょうが、はくさいキムチ、キャベ ツ、根菜ねぎ、にんにく、にんじん、た まねぎ、もやし、レモン果汁、にら	ごはん、米ぬかサラダ油、 トック、三温糖、ごま油	634 807	25.5 31.6	
16 金	ごはん 牛乳	ごまみそ汁 春巻き(バ) 五目きんぴら(角)	牛乳、鶏肉、煮干し、削り 節、赤みそ、春巻き、豚 肉	にんじん、だいこん、もやし、ごぼう、 たけのこ、こんにゃく	ごはん、米ぬかサラダ油、 じゃがいも、ごま、なたね 油、三温糖	672 853	20.7 24.8	
19 月	ごはん 牛乳	新じゃが芋のピリ辛煮 メンチカツ(バ) 浅漬け(角)	牛乳、鶏肉、煮干し、削り 節、メンチカツ	ごぼう、にんじん、こんにゃく、きゅう り、キャベツ	ごはん、米ぬかサラダ油、 じゃがいも、三温糖、なたね 油	651 832	22.7 28	
20 火	ごはん 牛乳	豚汁 あじ磯辺フライ(バ) キャベツのおかまヨネーズ風和え(角)	牛乳、豚肉、煮干し、削り 節、白みそ、あじ磯辺フ ライ、かつお節	にんじん、だいこん、たまねぎ、根菜 ねぎ、きゅうり、キャベツ	ごはん、米ぬかサラダ油、 じゃがいも、なたね油、マ ヨネーズタイプ調味料(卵不 使用)	641 805	24.9 29.9	
21 水	はちみつパン 牛乳	ミネストローネ 鶏肉の桂木焼き(バ) コールスローサラダ(角)	牛乳、ウインナーソー セージ、ひよこめ、チー ーズ、鶏肉	にんにく、にんじん、たまねぎ、はくさ い、トマトピューレー、キャベツ、きゅう り、とうもろこし	はちみつパン、米ぬかサラ ダ油、ホイールマカロニ、三 温糖、ゆずジャム(毛呂山 産)、上白糖	613 771	25.6 31.3	
22 木	ごはん 牛乳	親子煮 肉団子の甘酢あんかけ (小1〜3①小4〜中②バ) 青菜と油揚げのお浸し(角)	牛乳、鶏肉、煮干し、削り 節、鶏卵、肉団子、油揚 げ、かつお節	にんじん、たまねぎ、こまつな、もやし	ごはん、米ぬかサラダ油、 三温糖、じゃがいも、でん粉	684 875	28 34.7	
23 金	ごはん 牛乳	米粉のチキンカレー ツナサラダ(角)	牛乳、鶏肉、チーズ、ヨ ーグルト、まぐろフレーク	にんにく、たまねぎ、にんじん、ソテー オニオン、トマトピューレー、キャベ ツ、きゅうり	ごはん、米ぬかサラダ油、 じゃがいも、ココア、バタ ー、米粉、上白糖	638 804	22.9 27.8	
26 月	ごはん 牛乳	五目煮 さばの塩焼き(バ) 毛呂っ子サラダ(角)	牛乳、鶏肉、煮干し、削り 節、だいず、塩さば、生 竹輪	ごぼう、にんじん、こんにゃく、はくさ い、きゅうり	ごはん、米ぬかサラダ油、 じゃがいも、三温糖、ゆず ジャム(毛呂山産)、ごま油	826	29.3	
27 火	バターロール 牛乳	ウインナーとオニオンのスープ 焼きそば(バ) フルーツポンチ(角)	牛乳、鶏肉、ウインナー ソーセージ、豚肉、あお のり	たまねぎ、にんじん、ソテーオニオン、 キャベツ、レトルトパイン、ダイスゼ リーみかん	バターロール、米ぬかサラ ダ油、蒸し中華めん、ナタ デココ	650 789	24.4 28.7	
28 水	ごはん 牛乳	じゃがいもとコーンのみそ汁 塩味から揚げ(バ) きゅうりともやしのごまドレサラダ(角)	牛乳、煮干し、削り節、白 みそ、赤みそ、鶏肉	たまねぎ、とうもろこし、にんじん、こ まつな、にんにく、レモン果汁、もや し、きゅうり	ごはん、じゃがいも、でん 粉、なたね油、三温糖、ご ま	641 814	21.6 25.7	
29 木	ツイストパン 牛乳	米粉のコーンスープ オムレツのデミグラスソースかけ(バ) パリジャンサラダ(角)	牛乳、ベーコン、生クリ ーム、オムレツ、チー ーズ	たまねぎ、にんじん、とうもろこし、 キャベツ、きゅうり	ツイストパン、米ぬかサラ ダ油、バター、米粉、三温 糖、デミグラスソース、上白糖	594 763	22.3 28.1	
30 金	ごはん 牛乳	えび団子と春雨のスープ わかさぎフリッター (小1〜3①小4〜中②バ) ピビンバの具(角)	牛乳、えびボール、わ かさぎフリッター、豚肉	たけのこ、にんじん、乾しいたけ、根 菜ねぎ、はくさい、根しょうが、にんに く、もやし、こまつな	ごはん、はるさめ、ごま油、 米ぬかサラダ油、三温糖、 ラー油、ごま	627 789	23.5 28.9	
給食回数			小19回 中20回			平均栄養量		639 24.9 805 30.5
※ 材料入荷の都合により献立を突然変更することや、欠品することがあります。			※ 〇-157対策のため生野菜をひかえた献立になっています。ご理解とご協力をお願いいたします。			基準栄養量		630 21.1 805 27