

令和8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	曜日	献立名		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)	主に熱や働く力になる食品 (黄色の食品)	kcal	たんぱく質 g	
1	金	ごはん 牛乳	たまねぎとわかめのみそ汁 笹かまぼこのお茶の葉揚げ(バ) ごぼうめしの具(角)	牛乳、煮干し、削り節、油揚げ、豆腐、白みそ、赤みそ、笹かまぼこ、鶏肉	たまねぎ、わかめ、せん茶、抹茶、にんじん、しらたき、ごぼう	ごはん、じゃがいも、小麦粉、なたね油、米ぬかサラダ油、三温糖	650 822	26.3 32.0	
7	木	ごはん 牛乳	ワンダンスープ ブルコギボーク(角) ミニアセロラゼリー (小中①)(ピ)	牛乳、鶏肉、豚肉、きなこと、ウインナーソーセージ	牛乳、にんじん、たまねぎ、キャベツ、こまつな、根深ねぎ、にんにく、根しよらが、もやし、レモン果汁、にら、ミニアセロラゼリー	ごはん、ごま油、ワンダンの皮、米ぬかサラダ油、三温糖	644 814	28.1 34.8	
8	金	ミニきな粉と まっ茶の揚げパン(バ) 牛乳	鶏肉とミートボールの クリーム煮 ウインナーのケチャップ炒め(角)	牛乳、鶏肉、肉団子、きなこと、ウインナーソーセージ	たまねぎ、にんじん、抹茶、根しよらが、根深ねぎ、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	657 747	26.9 31.9	
11	月	ごはん 牛乳	オニオンスープ タコライス(バ) バリバリ塩キャベツ(角)	牛乳、鶏肉、ウインナーソーセージ、豚肉	たまねぎ、にんじん、ソテーオニオン、キャベツ	ごはん、米ぬかサラダ油	631 785	26.0 31.0	
12	火	地粉うどん 牛乳	山菜入りきつねうどんの汁 肉団子のごまみそかけ (小1~2年①小3~中②)(バ) もやしとキャベツのお浸し(角) 角チーズ(中のみ)(ピ)	牛乳、煮干し、削り節、豚肉、かまぼこ、油揚げ、肉団子、赤みそ、かつお節、チーズ	乾しいたけ、にんじん、根深ねぎ、もやし、キャベツ、山菜ミックス水煮	地粉うどん、三温糖、ごま油	589 789	25.6 34.0	
13	水	ツイストパン コーヒーマルク(学)	米粉のコーンスープ コロッケ(バ) だいこんとブロッコリーの ツナサラダ(角)	コーヒーマルク、ベーコン、牛乳、生クリーム、まぐろフレーク	たまねぎ、にんじん、とうもろこし、だいこん、ブロッコリー、きゅうり	ツイストパン、米ぬかサラダ油、バター、米粉、ポテトコロッケ、なたね油、上白糖	619 842	20.2 26.2	
14	木	ごはん 牛乳	かきたま汁 あじのさんが焼き(バ) たけのご飯の具(角)	牛乳、かつおぶし、なると、鶏卵、あじのさんが焼き、鶏肉、油揚げ	にんじん、たまねぎ、ほうれんそう、こんにゃく、たけのこ、乾しいたけ	ごはん、でん粉、三温糖、米ぬかサラダ油	639 821	28.7 36.2	
15	金	ごはん 牛乳	米粉のチキンカレー パリジャンサラダ(角)	牛乳、鶏肉、チーズ、ヨーグルト	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、とうもろこし	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	662 841	21.9 26.9	
18	月	ごはん 牛乳	五目スープ ハンバーグ新たまねぎソース(バ) 豚肉と切り干し大根の カレーきんぴら(角)	牛乳、鶏肉、豆腐、ハンバーグ、豚肉	にんじん、たまねぎ、たけのこ、もやし、ほうれんそう、根しよらが、切干しだいこん、こんにゃく	ごはん、米ぬかサラダ油、三温糖	654 858	28.6 36.6	
19	火	ロールパン 牛乳	アルファベットスープ オムレツのデミグラスソースかけ(バ) じゃじゃりんのポテトサラダ(角)	牛乳、豚肉、オムレツ、ポークハム	にんじん、たまねぎ、だいこん、キャベツ、きゅうり	ロールパン、米ぬかサラダ油、アルファベットマカロニ、三温糖、デミグラスソース、じゃがいも、マヨネーズタイプ調味料(卵不使用)、上白糖	642 832	22.6 28.2	
20	水	中華めん 牛乳	みそラーメンの汁 春巻き(バ) パンパシージャサラダ(角)	牛乳、豚肉、赤みそ、春巻き、サラダチキン	根しよらが、にんにく、にんじん、もやし、とうもろこし、根深ねぎ、にら、きゅうり、キャベツ	中華めん、米ぬかサラダ油、黒砂糖、なたね油、ごま油、三温糖、ねりごま、ごま	660 845	24.1 30.0	
21	木	ごはん 牛乳	トック入りキムチスープ さばのチョリム(バ) もやしのナムル(角)	牛乳、豚肉、さば、赤みそ	根しよらが、はくさいキムチ、キャベツ、根深ねぎ、にんにく、にんじん、もやし、こまつな	ごはん、米ぬかサラダ油、トック、ごま油、三温糖、でん粉、ラー油	630 795	21.5 25.8	
22	金	ごはん 牛乳	ブックメニュー「ハイキュー!! ショーセツパン!!」 具だくさん豚汁 鶏肉の照り焼き(バ) キャベツのごま和え(角)	牛乳、豚肉、煮干し、削り節、油揚げ、白みそ、鶏肉	ごぼう、にんじん、だいこん、こんにゃく、たまねぎ、根深ねぎ、根しよらが、キャベツ、きゅうり	ごはん、米ぬかサラダ油、じゃがいも、三温糖、でん粉、ごま油	624 784	26.7 31.9	
25	月	コッペパン 牛乳	ポテトチャウダー 焼きウインナーチリソースかけ(バ) グリーンサラダ(角)	牛乳、ベーコン、ウインナーソーセージ、豚肉	たまねぎ、にんじん、きゅうり、キャベツ、ブロッコリー	コッペパン、米ぬかサラダ油、じゃがいも、バター、米粉、三温糖、でん粉、上白糖	788	31.4	
26	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、根しよらが、根深ねぎ、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	625 801	27.5 33.8	
27	水	ごはん 牛乳	沢煮碗 鶏肉のから揚げ(バ) キャベツのおかかマヨネーズ風和え(角)	牛乳、豚肉、かつおぶし、鶏肉、かつお節	ごぼう、にんじん、たまねぎ、だいこん、えのきたけ、根しよらが、きゅうり、キャベツ	ごはん、米ぬかサラダ油、でん粉、なたね油、マヨネーズタイプ調味料(卵不使用)	652 813	24.3 29.0	
28	木	ライスボール 牛乳	カラフル野菜のスープ 焼きそば(バ) フルーツのヨーグルトあえ(角)	牛乳、鶏肉、豚肉、あおのり、ヨーグルト	にんじん、たまねぎ、だいこん、とうもろこし、えだまめ、キャベツ、レタ、パイン、ダイゼリーみかん、ミックスフルーツ(黄桃、白桃、りんご、ラフランス)	ライスボール、じゃがいも、米ぬかサラダ油、蒸し中華めん、ナタデココ、上白糖	605 802	22.7 28.4	
29	金	わかめごはん 牛乳	生揚げとじゃがいものそぼろ煮 かつおの バーベキューソースがらめ(バ)	牛乳、豚肉、生揚げ、かつお角切、でん粉付	根しよらが、にんじん、しらたき、乾しいたけ	わかめごはん、米ぬかサラダ油、じゃがいも、三温糖、でん粉、なたね油	653 830	27.2 34.1	
給食回数		小 17回 中 18回		(学)・・・学校配達 (角)・・・角食缶 (バ)・・・バット (ピ)・・・ピニール袋 (小)・・・小学校 (中)・・・中学校			平均栄養量	637 812	25.2 31.2
							基準栄養量	630 805	21.1 27.0

※ 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。

※ O-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。