



5月 学校給食献立表

令和8年度

中間市立中学校

| 日 曜 | 献立 | | 主 食 品 | | | | | | エネルギー (kcal) |
|------|----------------------------------|---|--------------------------|--------------------|------------------------|---------------------------------------|----------------------------------|--------------------------------|-----------------|
| | 主 食 | 副 食 | 主に体の組織をつくるもの | | 主に身体の調子を整えるもの | | 主にエネルギーになるもの | | |
| | | | 1群 (魚、肉、卵、豆・豆製品) | 2群 (牛乳、小魚、海藻) | 3群 (緑黄色野菜) | 4群 (その他の野菜、果物) | 5群 (穀物、いも類、砂糖) | 6群 (油脂類) | |
| 1 金 | ご飯 こどもの日(5/5) | 鰯の生姜煮 野菜のごま和え 若竹汁 たいやき | 鰯 豆腐 小豆 | 牛乳 わかめ | 人参 ねぎ | キャベツ もやし たけのこ えのき茸 生姜 | 米 砂糖 小麦粉 | ごま ねりごま | 700 |
| 7 木 | 麦ご飯 | ポークカレー フルーツヨーグルト和え | 豚肉 | 牛乳 ヨーグルト チーズ | 人参 | 玉ねぎ にんにく 生姜 りんご レーズン みかん パイン もも | 米 麦 じゃが芋 小麦粉 | 油 マーガリン | 802 |
| 8 金 | ピースご飯 | 赤魚のから揚げ ひじきの炒め煮 かきたま汁 | 赤魚 豚肉 油揚げ 卵 かまぼこ | 牛乳 ひじき わかめ | 人参 いんげん ねぎ | グリーンピース えのき茸 | 米 砂糖 小麦粉 こんにゃく でん粉 | 油 | 714 |
| 11 月 | ご飯 | 酢豚 ワントンスープ | 豚肉 | 牛乳 | 人参 ピーマン チンゲン菜 | 生姜 玉ねぎ たけのこ 椎茸 にんにく 白ねぎ | 米 砂糖 でん粉 ワントン | 油 ごま油 | 791 |
| 12 火 | チキンライス | ごぼうとナッツのサラダ ラビオリスープ | 鶏肉 ツナ 豚肉 レンズ豆 | 牛乳 | 人参 パセリ | 玉ねぎ コーン ごぼう きゅうり キャベツ セロリ | 米 砂糖 小麦粉 | 油 ビーナッツ アーモンド ノンエッグマヨネーズ | 712 |
| 13 水 | ご飯 | 鶏肉と高野豆腐の卵とじ 和風サラダ | 卵 鶏肉 高野豆腐 ツナ | 牛乳 わかめ | 人参 いんげん | 玉ねぎ 椎茸 キャベツ きゅうり | 米 砂糖 じゃが芋 | 油 | 734 |
| 14 木 | 横割り丸パン | 照り焼きチキンバーガー (鶏肉の照り焼き キャベツのマヨネーズ和え) コーンポタージュ オレンジ | 鶏肉 白いんげん豆 | 牛乳 生クリーム | パセリ | 生姜 キャベツ コーン 玉ねぎ オレンジ | パン 砂糖 でん粉 小麦粉 | 油 マーガリン ノンエッグマヨネーズ | 794 |
| 15 金 | 麦ご飯 | ハヤシライス チップスサラダ | 牛肉 | 牛乳 生クリーム | 人参 トマト | 玉ねぎ しめじ にんにく キャベツ きゅうり | 米 麦 小麦粉 じゃが芋 砂糖 マーガリン | 油 | 797 |
| 18 月 | 体育会の代休 | | | | | | | | |
| 19 火 | 食パン いちごジャム | コーンシチュー アスパラともやしのソテー | 鶏肉 ベーコン | 牛乳 チーズ 生クリーム | 人参 アスパラガス パセリ | 玉ねぎ コーン もやし キャベツ | パン いちごジャム じゃが芋 小麦粉 | 油 マーガリン | 759 |
| 20 水 | ご飯 | 鶏肉と大豆の揚げ煮 野菜のおひたし すまし汁 | 鶏肉 大豆 かつお節 かまぼこ 豆腐 | 牛乳 わかめ | 人参 ねぎ | 生姜 キャベツ もやし えのき茸 | 米 砂糖 でん粉 | 油 | 723 |
| 21 木 | フォカッチャ 世界のはてまで行って給食 ~イタリア~ | パンネポロネーゼ たこじゃが芋のマリネ 豆乳パンナコッタ | 牛肉 豚肉 たこ | 牛乳 チーズ | 人参 トマト 赤ピーマン パセリ | 玉ねぎ にんにく マッシュルーム レモン グリーンピース | フォカッチャ パンネ 砂糖 じゃが芋 パンナコッタ | オリーブオイル | 752 |
| 22 金 | 玄米ご飯 | さばの煮付け たくあん和え あさりのみそ汁 | 鯖 あさり 豆腐 みそ 油揚げ | 牛乳 わかめ | 人参 ねぎ | 生姜 たくあん キャベツ きゅうり えのき茸 | 米 玄米 砂糖 | ごま | 761 |
| 25 月 | ご飯 | わかめうどん 五目煮 | 鶏肉 豚肉 かまぼこ 高野豆腐 | 牛乳 わかめ | 人参 ねぎ | 椎茸 ごぼう | 米 うどん 砂糖 | 油 | 728 |
| 26 火 | 食パン 黒豆きなこ クリーム | ジャーマンポテト 肉団子のスープ | 鶏肉 豚肉 ベーコン | 牛乳 | 人参 ねぎ パセリ | 玉ねぎ キャベツ 椎茸 生姜 白ねぎ | パン じゃが芋 春雨 でん粉 | 黒豆きなこクリーム マーガリン ごま油 | 734 |
| 27 水 | ご飯 | 春巻き もやしの中華和え 中華スープ | 鶏肉 豚肉 | 牛乳 | チンゲン菜 人参 | 玉ねぎ キャベツ きゅうり もやし きくらげ 生姜 白ねぎ | 米 小麦粉 砂糖 米粉 春雨 | 油 ごま油 | 770 |
| 28 木 | ねじりパン はちみつ&マーガリン | マカロニサラダ ミネストローネ | ツナ ベーコン 白いんげん豆 | 牛乳 | 人参 トマト パセリ | きゅうり 玉ねぎ コーン キャベツ セロリ にんにく | パン はちみつ&マーガリン マカロニ 砂糖 じゃが芋 | ノンエッグマヨネーズ | 702 |
| 29 金 | 麦ご飯 | 焼きししゃも 炒り豆腐 じゃが芋のみそ汁 一食お茶ふりかけ | 鶏肉 卵 豆腐 みそ 油揚げ | 牛乳 ししゃものり | 人参 ねぎ 茶葉 | 玉ねぎ 椎茸 えのき茸 | 米 麦 砂糖 じゃが芋 | 油 ごま | 709 |

☆ 天候または食材の都合、学校行事の変更、施設設備の都合により、献立の一部が変更になることがあります。ご了承ください。



今月のテーマは、
イタリア

今年度の特別献立は、「世界のはてまで行って給食」をテーマに、毎月さまざまな国の料理を給食に取り入れます。世界の食文化にふれることで、食への興味を広げたり、国ごとの違いや良さを知ったりすることを目的としています。給食を通して、世界を旅するような気持ちで楽しんでほしいと思います。

5月のテーマは、「イタリア」です。お楽しみに♪

○**フォカッチャ**

イタリアで良く食べられているパンです。「かまどで焼いたもの」という意味があります。

○**パンネポロネーゼ**

パンネは、先がななめに切られたマカロニのことで、パンに形が似ていることから名前がつけました。ポロネーゼは、イタリアの都市であるポローニャで生まれたひき肉ソースです。

○**たこじゃがいものマリネ**

魚や野菜などの食材をオリーブオイルやレモン汁などの入ったドレッシングに浸した料理です。

○**パンナコッタ**

あまくてなめらかなデザートです。給食では豆乳のパンナコッタが登場します。