



5月 学校給食献立表

令和6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 1群 (魚、肉、卵、豆・豆製品)	2群 (牛乳、小魚、海藻)	主に身体の調子を整えるもの 3群 (緑黄白野菜)	4群 (その他の野菜、果物)		主にエネルギーになるもの 5群 (穀物、いも類、砂糖) 6群 (油脂類)	
1 水	ご飯 八十八夜	鶏肉と大豆の揚げ煮 麻汁 一食お茶ふりかけ	鶏肉 大豆 豚肉	牛乳 のり	人参 ねぎ	生姜 白菜 ごぼう 大根	米 てん粉 砂糖 こんにゃく ごま じゃが芋	767	
2 木	ご飯 こどもの日 (5/5)	さばの煮付け 野菜のおひたし 若竹汁 こどもの日ゼリー	鯖 かつお節 豆腐	牛乳 わかめ	人参 ねぎ	生姜 キャベツ もやし たけのこ えのき茸	米 砂糖 ゼリー	735	
7 火	横割り 丸パン	照り焼きチキンバーガー (照り焼きチキン・ スライスチーズ・ゆでキャベツ) コーンポタージュ	鶏肉 白いんげん豆	牛乳 チーズ 生クリーム	パセリ	生姜 キャベツ コーン 玉ねぎ	まるパン 砂糖 てん粉 小麦粉	油 マーガリン	843
8 水	ご飯	あじの香味焼き きんぴらごぼう 厚揚げのみそ汁	鰯 豚肉	牛乳	人参 いんげん	生姜 にんにく ごぼう えのき茸 玉ねぎ	米 砂糖 こんにゃく	油 ごま油 ごま	708
9 木	ご飯	鶏肉と高野豆腐の卵とじ 酢の物 納豆	卵 鶏肉 高野豆腐 納豆	牛乳 白す干し わかめ	人参 いんげん	玉ねぎ 椎茸 キャベツ きゅうり 切り干し大根	米 砂糖 じゃが芋	油	787
10 金	麦ご飯	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 にんにく 玉ねぎ たけのこ 椎茸 白ねぎ	米 麦 てん粉 砂糖 ワントン	油 ごま油	789
13 月	わかめご飯	具うどん じゃが芋のきんぴら	鶏肉 天ぷら	牛乳 わかめ	人参 ねぎ いんげん	玉ねぎ 椎茸	米 うどん こんにゃく 砂糖 ごま じゃが芋	油	701
14 火	キャロットパン	ポークビーンズ チップスサラダ	豚肉 大豆	牛乳	人参 トマト	玉ねぎ キャベツ きゅうり	キャロットパン 砂糖 じゃが芋 ポテトチップス	油	793
15 水	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 豆腐	牛乳 わかめ	人参 いんげん ねぎ	グリーンピース えのき茸	米 小麦粉 てん粉 こんにゃく 砂糖	油	728
16 木	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	ベーコン 豚肉 鶏肉	牛乳	人参 パセリ ねぎ	玉ねぎ キャベツ 椎茸 白ねぎ 生姜	パン じゃが芋 春雨 マーガリン	ごま油 黒豆きなこクリーム マーガリン	754
17 金	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 バイン もも	米 麦 じゃが芋 小麦粉	油 マーガリン	807
20 月	体育会の代休								
21 火	背割り コッペパン	ポテトサラダ ミルファンティー みかんゼリー	ハム 卵 ベーコン	牛乳 チーズ	人参 パセリ	玉ねぎ きゅうり	コッペパン じゃが芋 パン粉 ゼリー	ノンエッグマヨネーズ	780
22 水	玄米ご飯	いわしの生姜煮 野菜のごま和え けんちん汁	鰯 鶏肉 豆腐 油揚げ	牛乳	人参 ねぎ	生姜 キャベツ もやし ごぼう 大根 椎茸	米 玄米 砂糖 こんにゃく	ごま ねりごま	722
23 木	食パン いちごジャム	クリームシチュー アスパラのソテー	鶏肉 ベーコン	牛乳 チーズ 生クリーム	人参 パセリ	玉ねぎ キャベツ コーン	パン いちごジャム じゃが芋 小麦粉	油 マーガリン	793
24 金	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 ハム ベーコン 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	747
27 月	ご飯	焼きししゃも 炒り豆腐 あさりの佃煮 じゃが芋のみそ汁	鶏肉 卵 豆腐 油揚げ みそ あさり	牛乳	人参 ねぎ	玉ねぎ 椎茸 えのき茸 生姜	米 砂糖 じゃが芋	油	733
28 火	フォカッチャ	マカロニサラダ ミネストローネ ティラミス	ツナ ベーコン 白いんげん豆 卵	牛乳 チーズ	人参 トマト パセリ	きゅうり 玉ねぎ コーン セロリ キャベツ にんにく	フォカッチャ マカロニ じゃが芋 砂糖	ノンエッグマヨネーズ	707
29 水	麦ご飯	厚揚げのカレー煮 パンサンデー	豚肉 厚揚げ ハム	牛乳	人参 トマト	玉ねぎ 生姜 きゅうり	米 麦 じゃが芋 小麦粉 砂糖 春雨	油 ごま油	782
30 木	ミルク コッペパン	スパゲティナポリタン キャベツとコーンのサラダ	ウインナー ハム	牛乳 チーズ	人参 ピーマン	玉ねぎ キャベツ きゅうり コーン	ミルクパン スパゲティ	ノンエッグマヨネーズ	851
31 金	ご飯	ハンバーグのジャポネソースかけ いんげんのソテー 野菜スープ	牛肉 豚肉 鶏肉	牛乳	人参 いんげん パセリ	玉ねぎ 生姜 にんにく レモン コーン キャベツ セロリ	米 砂糖	油	734

☆ 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。



給食では、旬の食材や子どもたちに不足しがちな食材を積極的に取り入れて、成長期に必要な栄養素がより多く摂取できるように工夫しています。そこで、今年度は特別献立のテーマを『見つけよう！今月の“推し”食材』とし、その月の“推し”食材を使った料理を多く取り入れて紹介します。献立表では、その料理を太字にして推しマークを付けていますので、その日は子どもたちに“推し”食材を見つけてほしいと思います。

5月の“推し”食材は『じゃがいも』です。じゃが芋は、食品の分類でも5群に分類され、主食にもなる野菜として世界中で栽培されています。5月は「新じゃが」が売られる季節でもあります。いろいろな料理に姿を変えて給食に登場するので、探してみましょう。