



徳島市中学校給食予定献立表

令和7年5月分

徳島市教育委員会

日 曜		献 立 内 容	材 料 名 (食 品 名)						
			血・肉・骨になる		体の調子を整える		働く力や熱になる		
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	
1	木	ごはん	牛乳 ホキフライ ウスターソース セルフサラダ マヨネーズ	ホキフライ ハム	牛乳	にんじん	キャベツ きゅうり とうもろこし	精白米 強化米 じゃがいも	油 マヨネーズ
2	金	(ごはん)	牛乳 フィッシュカツ丼 阿波っ子ナムル ミックスナッツ	フィッシュカツ 卵	牛乳 わかめ	にんじん ねぎ 小松菜	たまねぎ 生しいたけ もやし すだち酢	精白米 強化米 さとう	ごま油 ナッツ ピーナッツ
7	水	ごはん	牛乳 オイスターソース炒め コロッケ	豚肉	牛乳	にんじん	しょうが にんにく たまねぎ キャベツ ヤングコーン	精白米 強化米 さとう コロッケ	油
8	木	(ごはん)	牛乳 ハヤシライス フルーツゼリーミックス	豚肉	牛乳	にんじん トマトピューレ	たまねぎ マッシュルーム グリーンピース にんにく みかん 黄桃 パイン	精白米 強化米 じゃがいも ゼリー(苺)	油 ハヤシルウ デミグラスソース 生クリーム
9	金	ごはん ふりかけ (しそかつお)	牛乳 かきあげ ウスターソース ふしめん汁	えび 卵	牛乳 ちりめん ひじき	にんじん ねぎ	たまねぎ えだまめ 干しいたけ	精白米 強化米 さつまいも 小麦粉 でんぷん ふしめん	油
12	月	お 弁 当 の 日							
13	火	ごはん	牛乳 洋風煮 ごぼうサラダ ごまドレッシング パワフルチーズ	とり肉 ウインナー ベーコン	牛乳 チーズ	にんじん	キャベツ たまねぎ えだまめ ごぼう きゅうり とうもろこし	精白米 強化米 じゃがいも	ごまドレッシング
14	水	ごはん	牛乳 とり肉のねぎソースあえ かぼちゃのみそ汁	とり肉 とうふ 油揚げ 赤みそ 白みそ	牛乳	ねぎ かぼちゃ にんじん 小松菜	たまねぎ	精白米 強化米 でんぷん さとう	油 ごま油 白ごま
15	木	ごはん	牛乳 厚揚げのそぼろ煮 おひたし プリン	豚肉 厚揚げ ちくわ	牛乳	にんじん さやいんげん	しょうが こんにやく たまねぎ キャベツ	精白米 強化米 さとう プリン	油
16	金	ごはん	牛乳 さばの生姜煮 わかめ和え 高野豆腐の卵とじ	さばの生姜煮 高野豆腐 とり肉 かまぼこ 卵	牛乳 わかめごはんの煮	にんじん	はくさい たまねぎ 干しいたけ グリーンピース	精白米 強化米 さとう	
19	月	ごはん	牛乳 ささみフライ ボイルキャベツ ウスターソース 徳島たっぶりみそ汁	阿波鶏のささみフライ とうふ 油揚げ 赤みそ 白みそ	牛乳	にんじん 小松菜 ねぎ	キャベツ 生しいたけ	精白米 強化米 さつまいも	油
20	火	ごはん	牛乳 チリソース煮 野菜サラダ オニオンドレッシング ミニフィッシュ	とり肉 いか えび うずら卵	牛乳 小魚	にんじん	たまねぎ グリンピース しょうが にんにく キャベツ きゅうり とうもろこし	精白米 強化米 でんぷん	油 オニオンドレッシング
21	水	ごはん	牛乳 さわらのごまみそかけ すまし汁 ヨーグルト	さわら 赤みそ とうふ かまぼこ	牛乳 ヨーグルト	にんじん ねぎ	たまねぎ	精白米 強化米 でんぷん さとう ふ	油 白ごま
22	木	ごはん	牛乳 新じゃがのうま煮 ごまあえ キャンディチーズ	豚肉 ちくわ 厚揚げ	牛乳 チーズ	にんじん さやいんげん	こんにやく たまねぎ キャベツ	精白米 強化米 じゃがいも さとう	油 白ごま
23	金	食パン チョコペースト	牛乳 焼きそば ポテトオムレツ	豚肉 いか さつまあげ 花かつお ポテトオムレツ	牛乳 青のり粉	にんじん	たまねぎ キャベツ	パン 中華そば	チョコペースト 油
26	月	ごはん	牛乳 いわしフライ ボイルキャベツ ウスターソース 豚肉とごぼうの炒め煮	いわしフライ 豚肉 さつまあげ	牛乳	にんじん	キャベツ こんにやく ごぼう えだまめ	精白米 強化米 さとう	油 白ごま
27	火	ごはん	牛乳 煮込みハンバーグ ミニトマト イタリアンスープ	ハンバーグ ベーコン 卵	牛乳 チーズ	ミニトマト にんじん パセリ	たまねぎ	精白米 強化米 さとう パン粉	
28	水	ごはん	牛乳 マーボー厚揚げ 揚げぎょうざ	厚揚げ 豚肉 赤みそ ぎょうざ	牛乳	にんじん ねぎ	しょうが にんにく たまねぎ グリーンピース	精白米 強化米 さとう でんぷん	油 ラー油
29	木	ごはん	牛乳 とり肉とこんにやくのみそ煮 きゅうりとわかめの酢の物 ハニーピーナッツ	とり肉 厚揚げ ちくわ 赤みそ	牛乳 わかめ	にんじん さやいんげん	こんにやく たけのこ きゅうり キャベツ	精白米 強化米 さとう	油 ハニーピーナッツ
30	金	(ごはん)	牛乳 ドライカレー 五目スープ 黒砂糖豆	豚肉 ベーコン とうふ えび 大豆	牛乳 わかめ	にんじん ピーマン	にんにく しょうが たまねぎ	精白米 強化米 はるさめ 黒砂糖	油 カレールウ

19 月は、食育の日の献立です。徳島たっぶりみそ汁には、徳島県産のさつまいも、にんじん、ねぎ、生しいたけが使用されています。美味しくいただきます。