

令和8年5月神山町小中学校予定献立表

日	曜	主 食	牛乳	つき物	お か ず	ざ い りよ う め い			kcal	
						あか 血・筋肉・骨をつくる	みどり 体のはたらきをよくする	き 力や体温のもとになる		
1	金	ごはん	○		厚焼きたまご 焼肉風野菜炒め	牛乳 たまご 豚肉	にんじん たまねぎ ピーマン キャベツ にんにく	精白米 油 さとう でんぶん	782	
7	木	こがた 食パン	○	いちご& マーガリン	スパゲティミートソース ツナサラダ	牛乳 豚肉 チーズ ツナ	たまねぎ にんじん えだまめ コーン キャベツ	パン スパゲティ 油 ごま ドレッシング ジャム マーガリン	870	
8	金	ごはん	○		いわしのカリカリフライ いそかあえ かきたま汁	牛乳 いわし 塩昆布 とうふ なるたまき わかめ たまご	キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ	精白米 油 米粉 じゃがいも	827	
11	月	ごはん	○		豆腐の中華煮 パンパンジー	牛乳 とうふ 豚肉 ささみ	たまねぎ にんじん たけのこ チンゲン菜 しいたけ キャベツ きゅうり	精白米 さとう でんぶん ごま油 油 ドレッシング	770	
12	火	まっちゃんパン	○		魚の花園焼き ポテトスープ	牛乳 さわら チーズ とり肉	ピーマン 黄パプリカ 赤パプリカ たまねぎ にんじん キャベツ	パン バター さとう マヨネーズ じゃがいも	837	
13	水	ごはん	○		とり肉のねぎソース きゅうりの香り漬け みそ汁	牛乳 とり肉 とうふ 油あげ わかめ みそ	しょうが ねぎ きゅうり たまねぎ にんじん だいこん	精白米 でんぶん 油 さとう ごま油	794	
14	木	チョコチップ パン	○		とり肉ときのこのトマト煮 コールスローサラダ	牛乳 とり肉	にんにく にんじん トマト しめじ たまねぎ きゅうり えだまめ キャベツ コーン ブロッコリー	パン チョコチップ さとう バター じゃがいも 油 ドレッシング	792	
15	金	レタス チャーハン	○		焼きぎょうざ 中華コーンスープ	牛乳 豚肉 とり肉 とうふ ベーコン たまご	たまねぎ にんじん たけのこ しいたけ レタス コーン ねぎ	精白米 押し麦 ごま油 でんぶん 小麦粉	864	
18	月	ごはん	○		はんぺんのお茶フライ どさんこ汁	牛乳 はんぺん たまご 豚肉 とうふ みそ	お茶 にんじん コーン たまねぎ	精白米 小麦粉 パン粉 油 じゃがいも バター	818	
19	火	こめっこパン	○		ハムチーズピカタ ドレッシングあえ アスパラのクリームシチュー	牛乳 ハム チーズ たまご とり肉 生クリーム	キャベツ にんじん たまねぎ アスパラガス	パン 米粉 バター さとう ドレッシング じゃがいも	838	
20	水	ごはん	○		親子丼 すだち酢あえ	牛乳 とり肉 かまぼこ たまご	たまねぎ にんじん ねぎ キャベツ きゅうり	精白米 さとう ごま	755	
21	木	黒糖パン	○		肉団子のケチャップソース 添えブロッコリー ABCスープ	牛乳 とり肉 豚肉 ベーコン	ブロッコリー キャベツ にんじん たまねぎ コーン	パン 黒糖 マカロニ パン粉	906	
22	金	ごはん	○		じゃがいものそぼろ煮 もずくとはるさめの酢の物	牛乳 とり肉 さつまあげ もずく チキンハム	たまねぎ にんじん えだまめ しょうが キャベツ きゅうり	精白米 じゃがいも 油 マロニー さとう	773	
25	月	ごはん	○	ソース	コロッケ 筑前煮	牛乳 とり肉 ちくわ 牛肉 たまご	ごぼう れんこん こんにゃく にんじん たけのこ さやいんげん	精白米 さとう 油 じゃがいも パン粉	833	
26	火	(切り込み コッペパン)	○	ケチャップ ホワイトミニ	セルフホットドッグ ポイルキャベツ キャロットポタージュ	牛乳 ウィナー とり肉 白いんげん	キャベツ たまねぎ にんじん えだまめ	パン じゃがいも ホワイトミニ	823	
27	水	ごはん	○		ハヤシライス イタリアンサラダ	牛乳 豚肉 脱脂粉乳	にんにく たまねぎ にんじん えだまめ キャベツ きゅうり コーン マッシュルーム	精白米 油 ドレッシング	806	
28	木	チーズパン	○		焼きビーフン フルーツミックスゼリーあえ	牛乳 チーズ 豚肉 いか えび	にんじん キャベツ たまねぎ みかん 黄桃 パイン	パン ビーフン ごま油 油 ゼリー	844	
29	金	ごはん	○		鮭のチーズフライ ポイル野菜 ふしめん汁	牛乳 鮭 チーズ 油あげ ちくわ	キャベツ にんじん だいこん しいたけ たまねぎ	精白米 油 ふしめん パン粉	773	
☆★ 材料の購入、その他の都合により献立を変更することがありますので、ご了承ください。 ★☆ ※※5月の神山町産は、たまねぎ・しいたけ・すだち酢・ゆこう酢・お茶の予定です。									平均 (基準値小学校中学年:650) (基準値中学生:830)	817