



令和8年度 5月学校給食予定献立表（中学校）

★材料や分量、アレルギーの表示については、こちらをご覧ください。

※ハム、ベーコン、はんぺん、揚げかまぼこ、棒天、かまぼこ、ちくわには、卵や乳は含まれていません。
 ※献立の材料は、天候などにより変更することがありますので、ご了承下さい。
 ※春巻きやハンバーグなど、加工食品の原料を確認したい方は直接給食センターにお尋ねください。

東部学校給食センター 0957-22-6777

| ひ に ち | よ う び | こ ん だ て め い | 含 ま れ る ア レ ル ギ ン | ざ い り ょ う | | | | | エ ネ ル ギ ー kcal | |
|-------------|-------------|--|---|---|----------------|--|---|--|-------------------------------|------------------------|
| | | | | 血 や 肉 の も と に な る | | 体 の 調 子 を と と の え る | | 熱 や 力 の も と に な る | | たん ぱ く 質 g |
| | | | | 肉・魚・卵・豆 豆製品 | 牛乳・小魚 海藻 | 色 の こ い 野 菜 | 色 の う す い 野 菜 く だ も の ・ き の こ | こ く 類 ・ い も 類 さ と う | 脂 質 | |
| 1 金 | | ゆかりごはん | | | | 赤しそ | | 米 | | 829 30.2 |
| | | 牛乳 | 乳 | | 牛乳 | | | | | |
| | | 若竹汁 | 小麦、大豆 | 鶏肉 豆腐 | わかめ | にんじん こねぎ | たけのこ | | | |
| | | ぶりフライ | 小麦、大豆、魚 | ぶりフライ | | | | | 油 | |
| | | 彩りきんぴら | 小麦、ごま、大豆 | | | にんじん いんげん | こんにゃく ごぼう | さとう | ごま ごま油 | |
| | 柏餅 | 小麦、大豆 | | | | | かしわもち | | | |
| 7 木 | | 黒砂糖パン | 小麦、乳、大豆 | | | | | 黒砂糖パン | | 807 33.8 |
| | | 牛乳 | 乳 | | 牛乳 | | | | | |
| | | じゃがいものベーコン煮 | 小麦、大豆、鶏肉、豚肉 | ベーコン 豚肉 | | にんじん いんげん | たまねぎ | じゃがいも さとう | 油 | |
| | | オムレツ | 卵 | オムレツ | | | | | | |
| | 枝豆サラダ | 小麦、大豆 | | | | えだまめ きゅうり | さとう | オリーブ油 | | |
| 8 金 | | 麦ごはん | | | | | | 米 麦 | | 755 33.6 |
| | | 牛乳 | 乳 | | 牛乳 | | | | | |
| | | わかめスープ | 小麦、ごま、大豆、鶏肉 | 鶏肉 豆腐 | わかめ | | たまねぎ しょうが えのきたけ 深ねぎ | | ごま油 ごま | |
| | | 焼肉 | 小麦、ごま、大豆、豚肉、りんご | 豚肉 みそ | | ピーマン にんじん | キャベツ もやし にんにく りんご しょうが | さとう | ごま油 ごま | |
| | オレンジ | オレンジ | | | | オレンジ | | | | |
| 11 月 | | ごはん | | | | | | 米 | | 739 29.1 |
| | | 牛乳 | 乳 | | 牛乳 | | | | | |
| | | 五目うどん | 小麦、大豆 | 鶏肉 油揚げ | | にんじん こねぎ | ごぼう たまねぎ | うどん | | |
| | | 根菜入平つくね | 小麦、ごま、大豆、鶏肉、豚肉 | 根菜入平つくね | | | | | | |
| | ツナと野菜の炒め物 | 小麦、ごま、大豆、魚 | まぐろ油漬 | | ほうれんそう にんじん | キャベツ | さとう | ごま油 | | |
| 12 火 | | 麦ごはん | | | | | | 米 麦 | | 795 31.5 |
| | | 牛乳 | 乳 | | 牛乳 | | | | | |
| | | 豚汁 | 大豆、豚肉 | 豚肉 厚揚げ みそ | | にんじん こねぎ | だいこん こんにゃく ごぼう | さといも | | |
| | | 鶏のから揚げ | 小麦、大豆、鶏肉 | 鶏肉 | | | しょうが | でん粉 | 油 | |
| | アーモンドあえ | 小麦、大豆、アーモンド | | | ブロッコリー にんじん | キャベツ | さとう | アーモンド | | |
| 13 水 | | 麦ごはん | | | | | | 米 麦 | | 762 27.8 |
| | | 牛乳 | 乳 | | 牛乳 | | | | | |
| | | チキンカレー ルウ | 小麦、大豆、りんご | 鶏肉 | | にんじん | たまねぎ りんご グリーンピース | じゃがいも | 油 | |
| | ほうれん草と卵の炒め物 | 小麦、卵、大豆 | 卵 ハム | | ほうれんそう | たまねぎ | さとう | 油 | | |
| 14 木 | | 小コッペパン | 小麦、乳、大豆 | | | | | コッペパン | | 777 32.8 |
| | | 牛乳 | 乳 | | 牛乳 | | | | | |
| | | スパゲッティ ミートソース | 小麦、牛肉、大豆、豚肉、りんご | 豚肉 牛肉 | | にんじん ピーマン トマト | たまねぎ マッシュルーム | スパゲッティ | 油 | |
| | | ビーンズサラダ | 小麦、大豆、りんご | 赤いんげん豆 白いんげん豆 | | にんじん | キャベツ きゅうり りんご | さとう | 油 | |
| | チーズ | 乳 | | チーズ | | | | | | |
| 15 金 | | 麦ごはん | | | | | | 米 麦 | | 789 33.7 |
| | | 牛乳 | 乳 | | 牛乳 | | | | | |
| | | 肉じゃが | 小麦、牛肉、大豆 | 牛肉 | | にんじん きぬさや | たまねぎ こんにゃく | じゃがいも さとう | | |
| | | 魚のみそマヨネーズ 焼き | 大豆、魚 | ほき みそ | | | | | 卵不使用 マヨネーズ | |
| | もやしの炒め物 | 小麦、ごま、大豆 | 油揚げ | | にんじん ピーマン | もやし | | ごま油 | | |
| 18 月 | | 体育大会振替休日  | | | | | | | | |



令和8年度 5月学校給食予定献立表（中学校）

★材料や分量、アレルギーの表示については、こちらをご覧ください。

※ハム、ベーコン、はんぺん、揚げかまぼこ、棒天、かまぼこ、ちくわには、卵や乳は含まれていません。
 ※献立の材料は、天候などにより変更することがありますので、ご了承下さい。
 ※春巻きやハンバーグなど、加工食品の原料を確認したい方は直接給食センターにお尋ねください。

東部学校給食センター 0957-22-6777

| ひ に ち | よ う び | こ ん だ て め い | 含まれるアレルギー | ざ い り よ う | | | | | エネルギー kcal | |
|-------------|-------------|----------------------------|---------------------|-----------------------|---------------------|---------------|-------------------------------|---------------------|---------------|---------------|
| | | | | 血や肉のもとになる | | 体の調子をととのえる | | 熱や力のもとになる | | |
| | | | | 肉・魚・卵・豆 豆製品 | 牛乳・小魚 海藻 | 色のこい野菜 | 色のうすい野菜 くだもの・きのこ | こく類・いも類 さとう | | 脂質 |
| 19 | 火 | ごはん | | | | | | 米 | 805 33.4 | |
| | | 牛乳 | 乳 | | 牛乳 | | | | | |
| | | じゃがいものそぼろ煮 | 小麦、大豆、豚肉 | 豚肉 厚揚げ | | にんじん | たまねぎ こんにゃく グリーンピース しょうが | じゃがいも でん粉 さとう | | |
| | | 鶏肉の照り焼き | 小麦、大豆、鶏肉 | 鶏肉 | | | | さとう | | |
| | | きゅうりとわかめの酢の物 | 小麦、ごま、大豆 | | わかめ | | きゅうり | さとう | ごま | |
| 20 | 水 | ごはん | | | | | | 米 | 788 30.9 | |
| | | 牛乳 | 乳 | | 牛乳 | | | | | |
| | | ヒカド | 小麦、大豆 | 鶏肉 | | にんじん かねぎ | だいこん しいたけ | さつまいも でん粉 | | |
| | | あじフライ青さ入り | 小麦、大豆、魚 | あじフライ 青さ入り | | | | | | 油 |
| | | 浦上そぼろ | 小麦、大豆、豚肉 | 豚肉 | | にんじん | もやし ごぼう こんにゃく | さとう | 油 | |
| 21 | 木 | パーカーハウスパン | 小麦、乳、大豆 | | | | | パーカー ハウスパン | | 770 32.8 |
| | | 牛乳 | 乳 | | 牛乳 | | | | | |
| | | いんげん豆と野菜のスープ | 小麦、大豆、 鶏肉、豚肉 | ベーコン 白いんげん豆 | | にんじん パセリ | たまねぎ にんにく | じゃがいも | 油 | |
| | | ハンバーグのケチャップソースかけ | 小麦、りんご、 大豆、鶏肉、豚肉 | 国産ミート ハンバーグ | | | | さとう でん粉 | | |
| | | キャベツのレモンあえ | 小麦、大豆 | | | にんじん | キャベツ レモン | さとう | | |
| 22 | 金 | 鶏ごぼうご飯 | 小麦、大豆 | 鶏肉 | | にんじん | ごぼう しょうが グリーンピース | 米 麦 さとう | 油 | 763 26.1 |
| | | 牛乳 | 乳 | | 牛乳 | | | | | |
| | | みそ汁 | 大豆 | 油揚げ みそ | わかめ | かねぎ | だいこん たまねぎ | | | |
| | | かぼちゃ挽肉フライ | 小麦、大豆、 豚肉、りんご | | | かぼちゃ挽肉フライ | | | 油 | |
| | | にらともやしの炒め物 | 小麦、ごま、 大豆、豚肉 | 豚肉 | | にら | もやし | | ごま油 | |
| 25 | 月 | ごはん | | | | | | 米 | 811 31.5 | |
| | | 牛乳 | 乳 | | 牛乳 | | | | | |
| | | ポテトスープ | 小麦、大豆、鶏肉 | 鶏肉 | | にんじん パセリ | たまねぎ セロリ | じゃがいも | | 油 |
| | | 鶏のマスタード焼き | 小麦、大豆、鶏肉 | 鶏肉 | | パセリ | | | | 卵不使用 マヨネーズ |
| | | 豆とコーンのソテー | 小麦、大豆、豚肉 | ベーコン ひよこ豆 | | | えだまめ とうもろこし | | 油 | |
| 26 | 火 | 麦ごはん | | | | | | 米 麦 | 782 35.4 | |
| | | 牛乳 | 乳 | | 牛乳 | | | | | |
| | | 麻婆豆腐 | 小麦、ごま、 大豆、豚肉 | 豆腐 豚肉 みそ | | にんじん | たまねぎ しいたけ 深ねぎ しょうが | さとう でん粉 | | 油 ごま油 |
| | | しゅうまい | 小麦、大豆、 鶏肉、豚肉、貝 | しゅうまい | | | | | | |
| | | ミニトマト | | | | ミニトマト | | | | |
| 27 | 水 | 麦ごはん | | | | | | 米 麦 | 776 36.1 | |
| | | 親子丼 | 小麦、卵、大豆 | 鶏肉 卵 | | にんじん | たまねぎ 深ねぎ | さとう でん粉 | | |
| | | 牛乳 | 乳 | | 牛乳 | | | | | |
| | | きびなごのからあげ | 大豆、魚 | | きびなごの からあげ | | | | | 油 |
| | | 春雨のごま炒め | 小麦、ごま、 大豆、豚肉 | 豚肉 | | にんじん こまつな | たけのこ | 春雨 | ごま ごま油 | |
| 28 | 木 | コッペパン | 小麦、乳、大豆 | | | | | コッペパン | | 795 30.0 |
| | | 牛乳 | 乳 | | 牛乳 | | | | | |
| | | ホワイトシチュー | 小麦、乳、大豆、 鶏肉、豚肉 | 鶏肉 ベーコン | スキムミルク 牛乳 チーズ | にんじん パセリ | たまねぎ しめじ | じゃがいも 小麦粉 | バター 油 | |
| | | ごぼうサラダ | 小麦、ごま、大豆 | | | | えだまめ ごぼう とうもろこし | さとう | ごま 油 | |
| | | りんごジャム | りんご | | | | りんごジャム | | | |
| 29 | 金 | 麦ごはん | | | | | | 米 麦 | 760 32.9 | |
| | | 牛乳 | 乳 | | 牛乳 | | | | | |
| | | 豚肉とチンゲン菜のスープ | 小麦、大豆、 鶏肉、豚肉 | 豚肉 | | チンゲンサイ かねぎ | とうもろこし えのきたけ | さとう でん粉 | | |
| | | 揚げ魚のレモンソースかけ | 小麦、大豆、魚 | たら | | | レモン | さとう でん粉 | | 油 |
| | | ひじきのみそ炒め | 小麦、大豆 | 鶏肉 大豆 みそ | ひじき | にんじん いんげん | | さとう | 油 | |