



# 給食献立表

今月の目標：伝統を知り、美味しく食べる。



令和8年

日	曜	昼 食	お や つ	赤: 血や肉になる	黄: 热や力となる	緑: 調子をととのえる
5	月	冬野菜のカレー ヨーグルトサラダ	スキムミルク マドレーヌ	豚もも・ヨーグルト・脱脂粉乳・鶏卵 普通牛乳	米ぬか油・グラニュー糖 ホットケーキミックス・マーガリン・三温糖	大根・西洋かぼちゃ・たまねぎ・にんじん ほうれんそう・りんご・きゅうり・バナナ みかん缶・パインアップル缶
6	火	牛肉と春雨炒め ししゃも天 味噌汁	スキムミルク ワインアソートパン	牛もも・ししゃも・油揚げ・麦みそ 脱脂粉乳・鶏卵 ワインアソートソーセージ プロセスチーズ	緑豆はるさめ・車糖・米ぬか油 プレミックス粉・薄力粉	にら・たけのこ水煮・にんじん たまねぎ・えのきたけ・西洋かぼちゃ
7	水	大豆とひじきの炒め物 揚げ焼壳 三色ナムル	スキムミルク 七草粥	鶏もも・だいたい・脱脂粉乳・油揚げ	中ざら糖・米ぬか油・ごま・ごま油・米	にんじん・ごぼう・たけのこ・ほしひじき 乾しいたけ・ほうれんそう・りょくとうもやし 大根・かぶ・せり・なずな
8	木	ミートボールのケチャップ煮 ブロッコリー 中華スープ	スキムミルク ヨーグルトケーキ	牛ひき肉・豚ひき肉・鶏卵・脱脂粉乳 ヨーグルト	車糖・マーガリン・ホットケーキミックス	たまねぎ・キャベツ・トマトジュース トマト・ブロッコリー・にんじん こまつな・えのきたけ
9	金	魚の照り焼き ほうれん草サラダ 味噌汁	スキムミルク おにぎり 炒りいりこ	ぶり・ささ身・油揚げ・麦みそ 脱脂粉乳・煮干し	マヨネーズ・米	ほうれんそう・にんじん・スイートコーン えのきたけ・大根・たまねぎ・味付けのり わかめ
10	土	五目ラーメン チーズはんぺんフライ 塩昆布和え オレンジ	牛乳 せんべい	豚もも・普通牛乳	しょうゆラーメンスープ・蒸し中華めん チーズはんぺんフライ・米ぬか油 甘辛せんべい	キャベツ・たまねぎ・にんじん りょくとうもやし・スイートコーン・塩昆布・大根 きゅうり・バレンシアオレンジ
13	火	五目野菜の中華煮 きびなごの香り揚げ バナナ	スキムミルク 黒糖ふくれ菓子	豚もも・バナメイエビ・蒸しかまぼこ きびなご 脱脂粉乳・鶏卵・普通牛乳	かたくり粉・米ぬか油・プレミックス粉 中力粉・黒砂糖・はちみつ・重曹	はくさい・たまねぎ・にんじん・チンゲンサイ 乾しいたけ・たけのこ・あおのり・バナナ
14	水	鶏の竜田揚げ コールスロー 味噌汁	スキムミルク 小倉ケーキ	鶏もも・ロースハム・油揚げ・麦みそ 脱脂粉乳・鶏卵・ゆで小豆 普通牛乳	かたくり粉・シーザードレッシング 薄力粉・三温糖・米ぬか油	キャベツ・にんじん・きゅうり・りんご スイートコーン・たまねぎ・えのきたけ 大根・こねぎ・カットわかめ
15	木	チーズハンバーグ ブロッコリー ミニトマト 野菜スープ	スキムミルク ミルクラスク	豚ひき肉・鶏卵・木綿豆腐 プロセスチーズ・普通牛乳・脱脂粉乳 加糖練乳	パン粉・食パン・食塩不使用バター	たまねぎ・にんじん・ブロッコリー・ミニトマト キャベツ・りょくとうもやし・えのきたけ スイートコーン
16	金	魚のムニエル 三色ナムル かみなり汁	スキムミルク おにぎり 炒りいりこ	鮭・木綿豆腐・油揚げ・麦みそ 脱脂粉乳・煮干し	マーガリン・薄力粉・ごま・ごま油 さといも・米	ほうれんそう・にんじん・りょくとうもやし 大根・根深ねぎ・ごぼう・味付けのり わかめ
17	土	肉うどん 人参しりしり りんご	牛乳 せんべい	牛もも・かつお節・蒸しかまぼこ・鶏卵 木綿豆腐・普通牛乳	干しうどん・ごま油・甘辛せんべい	たまねぎ・乾しいたけ・こねぎ・にんじん りょくとうもやし・にら・りんご
19	月	ジャーマンポテト 海藻サラダ きのこスープ	スキムミルク マカロニあべかわ	豚もも・鶏卵・かに風味かまぼこ 脱脂粉乳・きな粉	じゃがいも・中ざら糖・米ぬか油 マカロニ・スパゲッティ・黒砂糖	たまねぎ・にんじん・グリンピース・レタス きゅうり・カットわかめ・えのきたけ ぶなしめじ・乾しいたけ
20	火	さつま芋シチュー バンバンジー オレンジ	スキムミルク サーティーアンダギー	鶏もも・普通牛乳・ささ身・脱脂粉乳 鶏卵	さつまいも・米ぬか油・中力粉 薄力粉・黒砂糖	西洋かぼちゃ・たまねぎ・にんじん ぶなしめじ・きゅうり・りょくとうもやし バレンシアオレンジ
21	水	【誕生会】 炊き込みご飯 味噌汁 鶏のカレー風味揚げ 卵サラダ みかん	ヤクルト ビスケット	鶏むね・木綿豆腐・麦みそ・鶏もも 鶏卵・ロースハム・乳酸菌飲料	米・じゃがいも・かたくり粉 マヨネーズ・ビスケット	にんじん・ごぼう・たけのこ・乾しいたけ わかめ・たまねぎ・こねぎ・きゅうり 温州みかん
22	木	筑前煮 ごまキャベツ オレンジ	スキムミルク ジャムパン	鶏もも・厚揚げ・焼き竹輪・脱脂粉乳	じゃがいも・中ざら糖・米ぬか油 三温糖・ごま・コッペパン・いちごジャム	にんじん・大根・たけのこ・ごぼう 乾しいたけ・キャベツ・きゅうり バレンシアオレンジ
23	金	魚の揚げ煮 春雨サラダ 味噌汁	スキムミルク バナナケーキ	ごまさば・ロースハム・油揚げ・麦みそ 脱脂粉乳・普通牛乳・鶏卵	かたくり粉・薄力粉・米ぬか油 中ざら糖・緑豆はるさめ・マヨネーズ ホットケーキミックス	きゅうり・りんご・干しうどん・たまねぎ えのきたけ・西洋かぼちゃ・バナナ
24	土	ちゃんぽん 納豆ほうれん草 りんご	牛乳 クッキー	豚もも・バナメイエビ・蒸しかまぼこ しらす干し・糸引き納豆・普通牛乳	中華めん・米ぬか油・中華風クッキー	こまつな・にんじん・たまねぎ・キャベツ りょくとうもやし・こねぎ・スイートコーン 乾しいたけ・ほうれんそう・りんご
26	月	高野豆腐の卵とじ ちくわ天 ほうれん草と人参の胡麻和え	牛乳 ミニ肉まん	鶏ひき肉・鶏卵・高野豆腐・焼き竹輪 普通牛乳	中ざら糖・米ぬか油・ごま 中華まんじゅう	キャベツ・にんじん・りょくとうもやし えのきたけ・こねぎ・たまねぎ・ほうれんそう
27	火	味噌煮込みおでん 納豆 バナナ	スキムミルク さつま芋の甘納豆	焼き竹輪・ワインアソートソーセージ うずら卵・麦みそ 糸引き納豆・脱脂粉乳	じゃがいも・中ざら糖・さつまいも グラニュー糖	大根・にんじん・乾しいたけ・りしり昆布 バナナ
28	水	鶏ささみのパン粉焼き ポテトサラダ たまごスープ	スキムミルク きな粉ドーナツ	ささ身・パルメザンチーズ・鶏卵 ロースハム・脱脂粉乳・木綿豆腐 普通牛乳・きな粉	薄力粉・パン粉・米ぬか油 じゃがいも・マヨネーズ・ホットケーキミックス グラニュー糖	きゅうり・にんじん・りんご・スイートコーン たまねぎ・カットわかめ
29	木	魚の野菜あんかけ 酢の物 味噌汁	スキムミルク かぼちゃ蒸しケーキ	まがれい・木綿豆腐・麦みそ 脱脂粉乳・鶏卵・普通牛乳	かたくり粉・米ぬか油・緑豆はるさめ 車糖・じゃがいも・薄力粉 有塩バター	にんじん・えのきたけ・りょくとうもやし こまつな・たまねぎ・乾しいたけ たけのこ水煮・カットわかめ・きゅうり みかん缶・わかめ・こねぎ 西洋かぼちゃ
30	金	鶏の照り焼き 人参サラダ ワカメスープ	スキムミルク 北欧パン	鶏もも・かつおフレーク・脱脂粉乳	三温糖・マヨネーズ・菓子パン	にんじん・きゅうり・たまねぎ・カットわかめ えのきたけ
31	土	スパゲティミートソース 卵サラダ オレンジ	牛乳 せんべい	豚ひき肉・パルメザンチーズ・鶏卵 ロースハム・普通牛乳	マカロニ・スパゲッティ・米ぬか油・こむぎ じゃがいも・マヨネーズ 甘辛せんべい	にんじん・たまねぎ・グリンピース・きゅうり バレンシアオレンジ

(※ このマークの日はご飯はいりません)