



# 令和8年度 5月分学校給食予定献立表 (B)

月	火	水	木	金
<p>&lt;今月の目標&gt; <b>食事のマナーを身に付けよう</b></p> <p>姿勢を正そう      わんを持って食べよう      はしを正しく持とう</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>机と体の間をこぶし1つ分くらい開けて、背筋を伸ばして食べましょう。</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>茶わんやおわんは持って食べると姿勢もよくなり、食べこぼしも防げます。</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>下のはしは動かさず、人差し指と中指で上のはしだけを動かそうね。 「つまむ」「切る」「さく」「すくう」など、はしの機能を生かしましょう。</p> </div> </div>				
			<p>サシキュー おおいた産給の日 ごぼう</p> <p>エネルギーkcal たんぱく質g(中学生) 主にエネルギーのもとになる食品 主に体を作るもとになる食品 主に体の調子を整えるもとになる食品</p>	<p>1 子どもの日 ゼリー 切干大根 の具 ごはん コーン中華スープ</p> <p>774kcal 30.4g 米 油 ごま油 かたくり粉 砂糖 ゼリー 牛乳 ベーコン 豆腐 卵 豚肉 鶏肉 にんじん しいたけ たけのこ 玉ねぎ コーン 切干大根 枝豆</p>
4	5	6	7	8
<p>みどりの日</p>	<p>こどもの日</p>	<p>振替休日</p>	<p>アスパラガスと コーンのサラダ 小さい コッペパン スパゲティ ナポリタン</p> <p>800kcal 28.5g コッペパン スパゲティ 油 砂糖 ドレッシング 牛乳 ウィナー ベーコン チーズ ハム</p>	<p>かつお フライ ごはん 新玉ねぎの カレー</p> <p>819kcal 29.5g 米 油 じゃがいも ルウ 牛乳 豚肉 かつおフライ</p>
11	12	13	14	15
<p>ちくわのお茶揚げ 少なめ ゆかりごはん 三つ葉入り うどん</p> <p>717kcal 27.0g 米 うどん 小麦粉 油 牛乳 鶏肉 油あげ ちくわ</p>	<p>フレンチ サラダ 黒砂糖パン チリコンカン</p> <p>767kcal 36.4g 黒砂糖パン 油 オリーブ油 砂糖 牛乳 大豆 豚肉 豚レバー ハム</p>	<p>いわしの 梅みそ煮 ごはん 鶏ごぼう汁</p> <p>706kcal 29.6g 米 油 牛乳 鶏肉 厚揚げ かまぼこ いわし梅みそ煮</p>	<p>しゅうまい ごはん ミルクパン 八宝菜</p> <p>769kcal 38.5g ミルクパン 油 かたくり粉 ごま油 牛乳 豚肉 いか かまぼこ きくらげ しゅうまい</p>	<p>彩り野菜の 卵焼き ごはん 筑前煮</p> <p>700kcal 32.5g 米 油 砂糖 牛乳 鶏肉 厚揚げ さつまあげ 豚肉 チーズ 卵 豆乳</p>
<p>赤しそ にんじん ごぼう 小松菜 三つ葉 しいたけ 緑茶</p>	<p>にんにく 玉ねぎ にんじん マッシュルーム トマト きゅうり キャベツ</p>	<p>ごぼう にんじん しいたけ こんにゃく ねぎ</p>	<p>生姜 にんじん 玉ねぎ キャベツ もやし</p>	<p>こんにゃく にんじん ごぼう たけのこ しいたけ さやいんげん 玉ねぎ ほうれん草</p>
18	19	20	21	22
<p>サシキュー おおいた産給の日 あじあおさ フライ ごはん 五目 きんぴら</p> <p>745kcal 28.4g 米 油 砂糖 牛乳 豚肉 さつまあげ あじいそペフライ</p>	<p>フルーツの さくらんぼゼリー和え コッペパン 新じゃがの クリーム煮</p> <p>718kcal 28.6g コッペパン 油 じゃがいも 生クリーム ルウ ゼリー 牛乳 鶏肉 チーズ</p>	<p>チンジャオ ロース ごはん わかめ スープ</p> <p>706kcal 34.6g 米 油 ごま油 砂糖 牛乳 豚肉 野菜ミックスボール 豆腐 わかめ</p>	<p>ミルク味 タンドリーチキン クリーム(パン用) コッペパン コンソメ スープ</p> <p>744kcal 33.4g コッペパン 油 じゃがいも ミルク味クリーム(パン用) 牛乳 ベーコン 鶏肉 ヨーグルト</p>	<p>ブロッコリーの マヨ和え ごはん マーボー豆腐</p> <p>738kcal 30.9g 米 油 かたくり粉 ごま油 マヨネーズ(卵なし) 牛乳 豆腐 豚肉 麦みそ ハム</p>
<p>ごぼう にんじん さやいんげん こんにゃく</p>	<p>にんじん 玉ねぎ ブロッコリー しめじ 黄桃 パインりんご</p>	<p>にんにく 玉ねぎ にんじん キャベツ ピーマン たけのこ</p>	<p>玉ねぎ キャベツ しめじ にんじん パセリ コーン にんにく</p>	<p>にんにく 生姜 玉ねぎ にんじん しいたけ たら ブロッコリー コーン</p>
25	26	27	28	29
<p>うま塩 ひじき ごはん 厚揚げの みそ煮</p> <p>701kcal 28.0g 米 油 砂糖 牛乳 厚揚げ 豚肉 ちくわ 米みそ 干ひじき 鶏肉</p>	<p>ハンバーグの デミグラスソースかけ コッペパン グリーンスープ</p> <p>817kcal 34.3g コッペパン 油 じゃがいも 生クリーム 油 砂糖 牛乳 鶏肉 ハンバーグ</p>	<p>キャベツと チーズのサラダ ごはん ハヤシライス</p> <p>738kcal 26.1g 米 油 砂糖 バター ルウ ドレッシング 牛乳 豚肉 ハム チーズ</p>	<p>からあげ レモンソース 小さい コッペパン タイピーエン</p> <p>711kcal 37.9g コッペパン 油 春雨 ごま油 かたくり粉 小麦粉 砂糖 牛乳 豚肉 かまぼこ 鶏肉</p>	<p>さばの ソース焼き ごはん 具だくさん みそ汁</p> <p>713kcal 24.6g 米 油 じゃがいも 砂糖 牛乳 厚揚げ 米みそ 麦みそ さば</p>
<p>生姜 にんじん 玉ねぎ こんにゃく さやいんげん しいたけ 枝豆</p>	<p>玉ねぎ グリンピース</p>	<p>玉ねぎ にんじん マッシュルーム トマト キャベツ</p>	<p>生姜 玉ねぎ にんじん たけのこ キャベツ しいたけ ねぎ にんにく レモン果汁</p>	<p>玉ねぎ にんじん えのきたけ ねぎ 生姜</p>

都合により献立内容を変更する場合があります。

### 「給食材料表について」

予定献立表には主な使用食材を食べ物の働きにより、3つに分けて記載しています。調味料や使用量の少ないものは載せていません。  
※加工品を使用する場合は、使用材料の中で一番多い材料の欄に加工品名のまま記載しています。(例：かつおフライ、しゅうまい等)  
献立ごとの使用材料・分量・アレルギー物質(義務表示8品目と推奨表示20品目等)について記載した「食物アレルギー詳細献立表及び対応食献立表」を別途学校に配布しています。アレルギー等で詳しい資料をご希望の方は、学校までお問い合わせください。