



★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。

令和7年度 5月学校給食予定献立表（小学校）

※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 ょ う					エ ネ ル ギ ー kcal	
				血 や 肉 の も と に な る		体 の 調 子 を 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
1	木	麦ごはん						米 麦	697 25.4	
		牛乳	乳	牛乳						
		若竹汁	小麦、大豆、鶏肉	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				柏餅			
2	金	コッペパン	小麦、乳、大豆					コッペパン	619 28.9	
		牛乳	乳	牛乳						
		ポークビーンズ	大豆、鶏肉、豚肉 りんご	豚肉 大豆		にんじん	たまねぎ セロリ グリーンピース	じゃがいも		油
		オムレツ	卵	オムレツ						
		野菜サラダ	小麦、大豆			ブロッコリー	きゅうり とうもろこし	さとう		油
7	水	麦ごはん						米 麦	607 27.1	
		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 えのきたけ しょうが 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 しょうが りんご	さとう		ごま油 ごま
		オレンジ	オレンジ				オレンジ			
8	木	麦ごはん						米 麦	605 30.3	
		牛乳	乳	牛乳						
		肉じゃが	小麦、大豆、豚肉	豚肉		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		
		さばのごまみそかけ	小麦、ごま、さば 大豆、魚	さば みそ				さとう		ごま
		おひたし	小麦、大豆			ほうれんそう にんじん	もやし	さとう		
9	金	黒砂糖パン	小麦、乳、大豆					黒砂糖パン	631 24.7	
		牛乳	乳	牛乳						
		コーンポタージュ	小麦、乳、牛肉 大豆、鶏肉、豚肉	ベーコン	スキムミルク チーズ	にんじん パセリ	たまねぎ とうもろこし	小麦粉		バター 油
		ミンチカツ	小麦、大豆、鶏肉 豚肉	ミンチカツ						油
		野菜ソテー	小麦、大豆、豚肉	豚肉			キャベツ もやし			油
12	月	ごはん						米	627 22.8	
		牛乳	乳	牛乳						
		だんご汁	小麦、大豆、豚肉	豚肉 油揚げ		にんじん	だいこん ごぼう 深ねぎ しいたけ	ひとくちいもち 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
		かおりあえ				かおり	キャベツ きゅうり			
13	火	麦ごはん						米 麦	605 26.5	
		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 こねぎ	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	鶏肉 大豆 みそ	ひじき	にんじん いんげん		さとう		油
14	水	麦ごはん						米 麦	612 22.1	
		牛乳	乳	牛乳						
		チキンカレー ルウ	小麦、大豆、鶏肉 りんご	鶏肉		にんじん	たまねぎ グリンピース りんご	じゃがいも		
		枝豆サラダ	小麦、大豆				えだまめ キャベツ きゅうり	さとう		オリーブ油
15	木	麦ごはん						米 麦	656 26.9	
		牛乳	乳	牛乳						
		具だくさんみそ汁	大豆	厚揚げ みそ		にんじん	こんにゃく たまねぎ 深ねぎ	じゃがいも		
		玄米入り平つくね	小麦、大豆、鶏肉 豚肉	玄米入り平つくね						
		ピーマン炒め	小麦、ごま、大豆 豚肉、りんご	豚肉		にんじん	キャベツ たまねぎ	ピーマン		ごま油
16	金	小コッペパン	小麦、乳、大豆					コッペパン	591 24.2	
		牛乳	乳	牛乳						
		ちゃんぽん	えび、小麦、いか 大豆、鶏肉、豚肉 魚	豚肉 いか えび はんぺん 揚げかまぼこ		にんじん こねぎ	キャベツ もやし たまねぎ	ちゃんぽん		油
		春巻き	小麦、大豆、豚肉					春巻き		油
		きゅうりの中華あえ	小麦、ごま、大豆			にんじん	きゅうり	さとう		ごま油

★今月の郷土料理は「長崎県」です。



令和7年度 5月学校給食予定献立表（小学校）

★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 ょ う					エ ネ ル ギ ー kcal	
				血 や 肉 の も と に な る		体 の 調 子 を 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	月	ごはん						米	634 24.2	
		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			
		いわし梅の香揚げ	小麦、大豆、魚		いわし梅の香揚げ			油		
		ごまあえ	小麦、ごま、大豆		にんじん	もやし きゅうり	さとう	ごま		
20	火	麦ごはん						米 麦	626 25.3	
		牛乳	乳	牛乳						
		五目スープ	小麦、大豆、鶏肉 豚肉	豚肉 豆腐	にんじん こねぎ	たまねぎ たけのこ きくらげ しょうが	でん粉			
		鶏肉とレバーの アーモンドがらめ	小麦、大豆、鶏肉 ナッツ、アーモンド	レバー竜田揚げ 鶏肉	ピーマン にんじん	たまねぎ	でん粉 さとう	油 アーモンド		
		オレンジ	オレンジ			オレンジ				
21	水	麦ごはん						米 麦	621 24.2	
		牛乳	乳	牛乳						
		筑前煮	小麦、大豆、鶏肉	鶏肉	にんじん いんげん	れんこん ごぼう たけのこ こんにゃく しいたけ	じゃがいも さとう	油		
		さば生姜煮	小麦、さば、大豆 魚	さば生姜煮						
		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 もやし	さとう	ごま		
22	木	鶏ごぼうご飯	小麦、大豆、鶏肉	鶏肉	にんじん	ごぼう グリーンピース しょうが	米 麦 さとう	油	607 23.4	
		牛乳	乳	牛乳						
		かきたま汁	小麦、卵、大豆、魚	卵 はんぺん	にんじん ほうれんそう	たまねぎ しいたけ	でん粉			
		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		
23	金	パーカーハウスパン	小麦、乳、大豆					パーカーハウスパン	595 25.1	
		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 豚肉 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 マカロニ	油		
		焼きウインナー フレンチサラダ	豚肉 小麦、大豆	フランクフルト		きゅうり キャベツ	さとう	油		
26	月	ごはん						米	610 27.5	
		牛乳	乳	牛乳						
		けんちん汁	小麦、大豆	油揚げ 豆腐	にんじん こねぎ	ごぼう だいこん こんにゃく しょうが	さといも			
		鶏の照り焼き	小麦、大豆、鶏肉	鶏肉			さとう でん粉			
		ツナと野菜の炒め物	小麦、ごま、大豆 魚	まぐろ油漬フレーク	ほうれんそう にんじん	キャベツ	さとう	ごま油		
27	火	ごはん						米	609 24.3	
		牛乳	乳	牛乳						
		みそ汁	大豆	油揚げ みそ	こねぎ	たまねぎ	じゃがいも			
		あじの南蛮漬け	小麦、ごま、大豆 魚	あじ			でん粉 さとう	油 ごま ごま油		
		からしあえ	小麦、大豆		ほうれんそう	とうもろこし きゅうり	さとう			
28	水	ごはん						米	620 27.4	
		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					
29	木	麦ごはん						米 麦	623 28.0	
		牛乳	乳	牛乳						
		親子丼 貝	小麦、卵、大豆 鶏肉	鶏肉 卵	にんじん	たまねぎ 深ねぎ	さとう でん粉			
		きびなごごまフライ	小麦、ごま、大豆 魚		きびなごごま フライ			油		
		キャベツのソテー	小麦、大豆、豚肉	ベーコン		キャベツ		油		
30	金	小 Coppapan	小麦、乳、大豆					Coppapan	607 26.4	
		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		
		ごまドレッシングサラダ	小麦、ごま、大豆				きゅうり キャベツ とうもろこし	さとう		油 ごま
		チーズ	乳	チーズ						