

日曜日	献立名	食品名	一人分量	栄養三色	日曜日	献立名	食品名	一人分量	栄養三色
22日(金)	米飯 ☆牛乳 豚キムチ ★かき玉スープ	こめ	85	▲	28日(木)	うずまきパン ☆牛乳 照り焼きバーガー コロコロ野菜のスープ	うずまきパン(横切目)	1個・60	▲
		☆ぎゅうにゅう	1本・206	●			☆ぎゅうにゅう	1本・206	●
		ぶたももにく	55	●			ハンバーグ	1個・60	●
		はくさいキムチ	20	■			こいくちしょうゆ	5	▲
はくさい	30	■	さとう	2	▲				
にんじん	15	■	みりん	2	▲				
こまつな	10	■	みず	10	▲				
つきこんやく	10	■	じゃがいもでんぶん	1.5	▲				
いりごま(白)	1	▲	きゃべつ	40	■				
こめあぶら	0.5	▲	こめあぶら	0.3	▲				
こいくちしょうゆ	1	▲	こいくちしょうゆ	0.3	▲				
ごまあぶら	0.3	▲	しお	0.1	▲				
★たまご	20	●	こしょう	0.02	▲				
とりむねにく	10	●	ぶたももにく	10	●				
たまねぎ	20	■	セロリー	5	■				
きゃべつ	10	■	たまねぎ	20	■				
にんじん	8	■	じゃがいも	20	■				
あおねぎ	5	■	にんじん	10	■				
けずりぶし	2	■	あおねぎ	5	■				
うすくちしょうゆ	2	■	こめあぶら	0.5	▲				
しお	0.3	▲	ポークパイオン	8	▲				
だしこんぶ	0.3	▲	うすくちしょうゆ	2	▲				
じゃがいもでんぶん	1	▲	しお	0.1	▲				
こしょう	0.03	▲	こしょう	0.03	▲				
エネルギー	たんぱく	しぼう	エネルギー	たんぱく	しぼう				
617 kcal	28.9g 18.7%	17.5g 25.5%	612 kcal	24.6g 16.1%	21.1g 31%				
25日(月)	米飯 ☆牛乳 ししゃものから揚げ 小松菜とひじきの炒め物 みそ汁	こめ	85	▲	29日(金)	米飯 ☆牛乳 豚肉のしぐれ煮 みそ汁	こめ	85	▲
		☆ぎゅうにゅう	1本・206	●			☆ぎゅうにゅう	1本・206	●
		シシヤモ(魚卵注意)	2匹・28	●			ぶたももにく	55	●
		じゃがいもでんぶん	8	▲			たまねぎ	30	■
こめあぶら(揚物用)	6	▲	にんじん	10	■				
こまつな	20	■	あおねぎ	5	■				
干ひじき	2	●	つちしょうが	0.3	▲				
ぶたももにく	10	●	こめあぶら	0.5	▲				
たまねぎ	10	■	こいくちしょうゆ	3	▲				
にんじん	8	■	さけ	0.7	▲				
ごまあぶら	0.5	▲	さとう	0.3	▲				
いりごま(白)	1	▲	みりん	0.9	▲				
かつおぶし	0.4	●	じゃがいも	20	▲				
さとう	0.2	▲	たまねぎ	15	■				
みりん	0.5	▲	こまつな	10	■				
こいくちしょうゆ	1.5	▲	にんじん	10	■				
冷凍ミニあつあげ	20	●	あぶらあげ	13	●				
たまねぎ	10	■	みそ	9	●				
にんじん	10	■	にぼし	2	●				
えのきたけ	7	■	だしこんぶ	0.3	●				
あおねぎ	5	■							
みそ	9	●							
にぼし	2	●							
だしこんぶ	0.3	●							
エネルギー	たんぱく	しぼう	エネルギー	たんぱく	しぼう				
660 kcal	21.7g 13.2%	21.5g 29.3%	642 kcal	27.7g 17.3%	19.2g 26.9%				
26日(火)	米飯 ☆牛乳 ☆ハヤシライスの具 ザワークラウト	こめ	85	▲	27日(水)	米飯 ☆牛乳 サワラの竜田揚げ きゅうりのピリ辛炒め さつき汁	こめ	85	▲
		☆ぎゅうにゅう	1本・206	●			☆ぎゅうにゅう	1本・206	●
		ぶたももにく	30	●			サワラ	1切れ・60	●
		たまねぎ	60	■			つちしょうが	0.8	■
じゃがいも	40	▲	さけ	0.5	▲				
にんじん	20	■	こいくちしょうゆ	3	▲				
セロリー	5	■	じゃがいもでんぶん	10	▲				
こめあぶら	0.5	▲	こめあぶら(揚物用)	6	▲				
トマトケチャップ	8	■	きゅうり	25	■				
トマトピューレ	8	■	こまつな	10	■				
ウスターソース	1.5	■	ぶたももにく	10	●				
濃厚ソース	0.5	■	にんにく	0.1	■				
こいくちしょうゆ	1.2	▲	こめあぶら	0.3	▲				
ポークパイオン	8	▲	トウバンジャン	0.1	▲				
☆バター	3	▲	さけ	1	▲				
こむぎこ	7	▲	さとう	1	▲				
こめあぶら	2.5	▲	こいくちしょうゆ	2	▲				
しお	0.5	▲	す	2	▲				
こしょう	0.03	▲	ごまあぶら	0.3	▲				
あかワイン	0.5	▲	とりむねにく	10	●				
ローリエ	0.01	▲	たけのこ水煮	10	■				
きゃべつ	35	■	たまねぎ	15	■				
にんじん	5	■	アスパラガス	5	■				
す	3	■	けずりぶし	2	■				
さとう	1.5	▲	うすくちしょうゆ	2	■				
オリーブオイル	1	▲	しお	0.3	▲				
うすくちしょうゆ	0.1	▲	だしこんぶ	0.3	▲				
しお	0.1	▲							
こしょう	0.01	▲							
エネルギー	たんぱく	しぼう	エネルギー	たんぱく	しぼう				
654 kcal	21g 12.8%	17.9g 24.6%	684 kcal	29g 17%	22.1g 29.1%				

※給食で「そば・落花生(ピーナッツ)・くるみ」は、そのものでの提供や加工品に含まれることはありません。

※海産物(わかめ・しらす等)は、えび・かにが混ざる場合があります。

※揚げ油は同じ油で別の食材も調理しているため、アレルギー物質の溶出や混入の可能性があります。

学校給食摂取基準	熱量(kcal)	蛋白質(%)	脂肪(%)	食塩相当量(g)	カルシウム(mg)	マグネシウム(mg)	鉄(mg)	ビタミンA(μgRAE)	ビタミンB1(mg)	ビタミンB2(mg)	ビタミンC(mg)	食物繊維(g)
一人一回当たり	650	13~20	20~30	2未満	350	50	3	200	0.4	0.4	25	4.5

学校給食用加工食材の材料 令和8年 5月(小学校)

1日 りんごジャム	1日 ちらしかまぼこ	1日 柏餅	7日 バラベーコン	8日 サバの甘味噌漬け
水飴(とうもろこし) 砂糖 りんご ゲル化剤 酸味料	魚肉 加工でん粉 馬鈴薯でん粉 砂糖 発酵調味料 食塩 加工油脂 着色料	小倉餡(砂糖 小豆、 還元麦芽糖水あめ) 米粉 砂糖 麦芽糖 食塩 加工でん粉 乳化剤	豚ばら肉 食塩 砂糖 酵母エキス	サバ 白味噌 砂糖 みりん風調味料 酒
12日 ぎょうざ	13日 かまぼこ	14日 ちくわ	14日 中華ドレッシング	18日 ウインナー
キャベツ 豚肉 豚脂 玉ねぎ 粒状大豆たん白 にら 生姜 醤油 でん粉 砂糖 食塩 酵母エキス こしょう 小麦粉	いとよりすり身 発酵調味料 上白糖 食塩 加工でん粉	いとよりすり身 発酵調味料 上白糖 食塩 加工でん粉	醤油 果糖ぶどう糖液糖 食用植物油脂 醸造酢 食塩 玉ねぎエキス かつお節エキス みそ 香辛料 キサンタンガム	豚肉 食塩 砂糖 香辛料
19日 バジルペースト	19日 エビ団子	20日 卵不使用マヨネーズ	20日 しば漬け	21日 ショルダーベーコン
バジル オリーブ油	タラ 太刀魚 むきエビ 馬鈴薯でん粉 砂糖 本みりん 食塩 ぶどう糖	食用植物油脂 醸造酢 食塩 砂糖 粉末状植物性たん白 香辛料 酵母エキスパウダー 増粘剤 調味料 香辛料抽出物	きゅうり 生姜 しその葉 砂糖・ぶどう糖果糖液糖 アミノ酸液 梅酢 醸造酢 昆布エキス 食塩 酸味料 野菜色素	豚かた肉 食塩 砂糖 香辛料
22日 白菜キムチ	28日 ハンバーグ			
白菜 鯉節エキス ぶどう糖果糖液糖 食塩 昆布エキス パプリカ 一味唐辛子	鶏肉 豚肉 玉ねぎ 粉末状植物性たん白 豚脂 でん粉 砂糖 トマトケチャップ 植物油脂 乾燥マッシュポテト 野菜ペースト 香辛料 オニオンエキスパウダー 食塩 酵母エキス 加工でん粉 炭酸カルシウム 無機塩 焼成カルシウム ピロリン酸鉄 着色料 硫酸カルシウム			