



がつ 5月 きゅうしょくこんだてひょう
給食献立表

今月の目標
上手に準備し、きちんと後片づけをしよう

令和8年
有佐小学校

日	曜	献立名		食品名			
		牛乳	主食・デザート等	おかず・他	赤 血や肉になる	黄 エネルギーのもとになる	緑 体の調子をととのえる
1	金	○	茶飯 こどもの日デザート	あじごまフライ 変わりあえ 紅白祝い汁	牛乳 昆布茶 あじごまフライ 鶏肉 出し昆布 削り節	米 油 餅 ごま ゼリー	粉茶 キャベツ ごぼう漬 人参 えのき 玉ねぎ ごぼう ねぎ
7	木	○	ミルクパン 新玉ねぎのマリネ	春野菜のスパゲティ 新玉ねぎのマリネ	牛乳 ベーコン チーズ コースハム	パン スパゲティ バター 油 砂糖	玉ねぎ アスパラガス 人参 キャベツ にんにく パプリカ
8	金	○	ポークカレー	かみんこサラダ	牛乳 豚肉 大豆 ロースハム さきいか	米 麦 じゃがいも ごま マヨネーズ 油	玉ねぎ 人参 にんにく しょうが キャベツ ごぼう きゅうり
11	月	○	麦ごはん 魚のかばやき 野菜の昆布あえ 豚汁	魚のかばやき 野菜の昆布あえ 豚汁	牛乳 ホキ 塩昆布 豚肉 厚揚げ みそ 出しiriこ	米 麦 油 砂糖 片栗粉 じゃがいも こんにゃく	しょうが きゅうり ピーマン もやし 人参 大根 ごぼう ねぎ
12	火	○	麦ごはん しゅうまい ワンタンスープ ハンサンスー	しゅうまい ワンタンスープ ハンサンスー	牛乳 しゅうまい ロースハム	米 麦 ワンタン 春雨 砂糖 ごま油 ごま	人参 玉ねぎ チンゲン菜 もやし きくらげ コーン ねぎ きゅうり キャベツ
13	水	○	菜めし ホキと大豆のあまから揚げ かきたま汁	ホキと大豆のあまから揚げ かきたま汁	牛乳 ホキ 大豆 鶏肉 卵 出し昆布 削り節	米 麦 片栗粉 砂糖 ごま	広島菜 しょうが 玉ねぎ 人参 ねぎ しいたけ 小松菜 しめじ
14	木	○	米粉パン 鶏肉のスパイス焼き ピーナッツサラダ ポテトスープ	鶏肉のスパイス焼き ピーナッツサラダ ポテトスープ	牛乳 鶏肉	パン 砂糖 油 ピーナッツ じゃがいも	にんにく キャベツ きゅうり コーン 人参 しめじ 玉ねぎ いんげん
15	金	○	白ごはん 一食のり佃煮	新じゃがのうま煮 きくらげのごま酢あえ	牛乳 豚肉 厚揚げ	米 じゃがいも こんにゃく 砂糖 ごま 油 のり佃煮	玉ねぎ 枝豆 人参 キャベツ もやし きゅうり きくらげ
18	月	○	セルフピピンバ丼 もずくと卵のスープ	もずくと卵のスープ	牛乳 牛肉 卵 もずく 豆腐	米 麦 ごま 砂糖 ごま油 油 片栗粉	にんにく しょうが ねぎ ほうれん草 もやし 人参 白菜キムチ 玉ねぎ キャベツ
19	火	○	山菜おこわ マセドアンサラダ いぐさそうめん汁	マセドアンサラダ いぐさそうめん汁	牛乳 鶏肉 油揚げ ロースハム 大豆 竹輪 豆腐 わかめ 出し昆布 削り節	米 もち米 こんにゃく 油 じゃがいも マヨネーズ そうめん	しいたけ 山菜 人参 きゅうり
20	水	○	ハヤシライス 一食チーズ	フレンチサラダ	牛乳 牛肉 ロースハム チーズ	米 油 砂糖	玉ねぎ 人参 しめじ にんにく キャベツ ブロッコリー
21	木	○	パインパン うまかコロッケ パンネのケチャップ和え コーンポタージュ	うまかコロッケ パンネのケチャップ和え コーンポタージュ	牛乳 うまかコロッケ	パン 油 パンネ じゃがいも	玉ねぎ 人参 いんげん コーン ブロッコリー
22	金	○	三色ごはん フルーツカクテル	春雨スープ	牛乳 卵 鶏肉	米 砂糖 春雨 ごま油 ゼリー	しょうが 玉ねぎ 人参 枝豆 ねぎ しいたけ 小松菜 みかん 黄桃 パイン
26	火	○	白ごはん 焼きさば ひじきの炒り煮 新玉ねぎのみそ汁	焼きさば ひじきの炒り煮 新玉ねぎのみそ汁	牛乳 さば ひじき 油揚げ わかめ みそ 出しiriこ	米 こんにゃく 砂糖 油	れんこん 人参 枝豆 新玉ねぎ たけのこ えのき ほうれん草
27	水	○	麦ごはん 豆腐の中華煮 ささみときゅうりのサラダ	豆腐の中華煮 ささみときゅうりのサラダ	牛乳 豆腐 豚肉 鶏肉 わかめ	米 麦 砂糖 油 ごま油 片栗粉	たけのこ キャベツ チンゲン菜 人参 玉ねぎ きくらげ しょうが きゅうり もやし
28	木	○	黒糖パン 新じゃがのグラタン コンソメスープ	新じゃがのグラタン コンソメスープ	牛乳 鶏肉 チーズ ベーコン	パン マカロニ 油 パン粉 じゃがいも	ほうれん草 玉ねぎ パセリ 枝豆 キャベツ 人参 しめじ 小松菜 コーン
29	金	○	麦ごはん いわしとお肉のハンバーグ 切り干し大根の炒め煮 かぼちゃと高野豆腐のみそ汁	いわしとお肉のハンバーグ 切り干し大根の炒め煮 かぼちゃと高野豆腐のみそ汁	牛乳 いわしとお肉のハンバーグ 油揚げ 出しiriこ みそ 高野豆腐	米 麦 油 砂糖	切り干し大根 しいたけ 人参 枝豆 かぼちゃ 玉ねぎ ねぎ

※物資の都合により献立を変更する場合があります。