

2026年 5月分予定献立表

こ ん だ て め い				ざ い り よ う め い						栄養価		
日	曜日	主食	牛乳	おかず	あか		かとり		きいろ		エネルギー kcal	たん 白質 g
					おもに体をつくるものになる	魚・肉・たまご・豆・豆製品など	牛乳・乳製品・小魚・海そうなど	色のかい野菜	その他の野菜・果物	おもにエネルギーのもとになる		
1	金	小型コッペパン (大豆チョコ)	牛乳	わかめうどん れんこんのごまドレッシングあえ	ぶた肉 油あげ かまぼこ ツナ	牛乳 わかめ	にんじん こまつな	たまねぎ ほししいたけ れんこん	パン うどん さとう	チョコ大豆 米油 ごま	624 819	24.8 31.0
7	木	麦入りごはん (ポークハヤシライス)	牛乳	ポークハヤシライスの具 アスパラサラダ 子どもの日ゼリー	ぶた肉 ポークハム	牛乳	にんじん トマト アスパラガス	にんにく たまねぎ しめじ えだまめ キャベツ きゅうり	米 米粒麦 ゼリー	米油 ドレッシング	637 789	21.0 25.5
8	金	こくとうパン	牛乳	牛肉コロッケ 野菜サラダ ミネストローネ	とり肉	牛乳	にんじん トマト パセリ	きゅうり コーン にんにく たまねぎ セロリ	パン くろさとう コロッケ マカロニ さとう	米油 ドレッシング バター	686 841	21.6 26.1
11	月	ごはん	牛乳	とりと豆腐のハンバーグ きゅうりの土佐あえ そうめん汁	ハンバーグ 花かつお ちくわ 油あげ	牛乳	にんじん ねぎ	きゅうり レモン果汁 たまねぎ えのきたけ	米 さとう そうめん		570 677	21.5 23.7
12	火	ごはん	牛乳	あつあげのカレーそばろ パンパンジーサラダ	牛ひき肉 あつあげ ぶたひき肉 大豆 ほぐしきさみ	牛乳	にんじん	しょうが たまねぎ たけのこ ほししいたけ えだまめ キャベツ きゅうり もやし	米 さとう でんぶ	米油 ドレッシング	620 779	26.1 32.3
13	水	ごはん	牛乳	さけの野菜カツ ひじきのいため煮 オレンジ	とり肉 大豆 がんもどき	牛乳 ひじき	にんじん さいいんげん	こんにやく オレンジ	米 さとう	米油	659 787	24.2 27.6
14	木	ごはん (親子丼)	牛乳	親子丼の具 ツナあえ 焼きプリンタルト	とり肉 かまぼこ 卵 ツナ	牛乳	にんじん ねぎ ブロッコリー	たまねぎ コーン キャベツ きゅうり レモン果汁	米 さとう タルト		665 808	28.1 33.9
15	金	コッペパン (いちごジャム)	牛乳	じゃがいもトマトクリーム煮 ささみと枝豆のサラダ	ぶた肉 ベーコン ほぐしきさみ	牛乳	にんじん トマト パセリ こまつな	にんにく たまねぎ しめじ キャベツ えだまめ コーン	パン ジャム さとう じゃがいも	米油 ドレッシング 生クリーム	655 812	27.0 33.3
18	月	ごはん	牛乳	ひき肉と野菜のチャプチェ 中華サラダ	ぶたひき肉 ツナ	牛乳 わかめ	にんじん チンゲンサイ にら	たまねぎ にんにく しょうが だいこん キャベツ	米 マロニー さとう	米油 ドレッシング ごま油	600 748	20.1 24.6
19	火	ごはん	牛乳	肉じゃが 山吹あえ	ぶた肉 さつまあげ 卵	牛乳	にんじん こまつな	たまねぎ こんにやく えだまめ キャベツ	米 じゃがいも さとう	米油 ごま	609 762	21.8 26.4
20	水	ごはん	牛乳	白身魚の南蛮漬け 豚汁	白身魚(メルルーサ) ぶた肉 とうふ 油あげ みそ	牛乳	にんじん ピーマン ねぎ	たまねぎ えのきたけ	米 でんぶ さとう	米油	615 765	26.5 31.6
21	木	ごはん (とりそばろ丼)	牛乳	とりそばろ丼の具 海せんワントンスープ	とりひき肉 卵	牛乳	にんじん ねぎ	しょうが えだまめ たまねぎ たけのこ はくさい	米 さとう ワントン	米油	624 785	23.6 29.0
22	金	小型キャラメルパン	牛乳	スパゲティナポリタン 小松菜とハムのサラダ	ベーコン チキンハム	牛乳	にんじん ピーマン トマト こまつな	にんにく たまねぎ しめじ レモン果汁 キャベツ きゅうり	パン さとう キャラメル スパゲティ	米油 ドレッシング	611 794	21.4 26.7
25	月	麦入りごはん (キムチ丼)	牛乳	キムチ丼の具 えびしゅうまい (幼小②中③)	ぶた肉 えびしゅうまい	牛乳	にんじん チンゲンサイ にら	にんにく しょうが もやし はくさいキムチ	米 米粒麦 さとう	米油 ごま油	594 760	22.7 28.4
26	火	ごはん	牛乳	ハンバーグケチャップソース 青のりポテト みそ汁	ハンバーグ とうふ 油あげ みそ	牛乳 わかめ	にんじん ねぎ	たまねぎ えのきたけ	米 さとう じゃがいも	米油	607 767	22.2 27.0
27	水	ごはん	牛乳	いわしのおかか煮 即席漬け たけのこのうま煮	ぶた肉 あつあげ ちくわ いわしのおかか煮	牛乳 塩こんぶ	にんじん	しょうが たけのこ こんにやく えだまめ はくさい きゅうり	米 さとう	米油	664 798	28.9 33.5
28	木	五目チャーハン	牛乳	わかめスープ フルーツのレモンゼリーあえ	ぶた肉 ベーコン 卵 とり肉	牛乳 わかめ	にんじん ねぎ	たまねぎ えのきたけ みかん パイン もも	米 ゼリー じゃがいも ナタデココ	米油 ごま油	594 738	19.7 23.8
29	金	切り込みコッペパン (セルフホットドッグ)	牛乳	ポークウインナー ホイル野菜 板野産キャロットポタージュ ミニケチャップ(幼小) トマト&マスタード(中)	ぶた肉 ウインナー とり肉	牛乳	にんじん パセリ	キャベツ たまねぎ	パン トナリマスタード 生クリーム	米油	677 840	27.4 33.8

※都合により献立を変更することがありますのでご了承ください
 学校給食に関するご意見、お問い合わせは
 ・ ・ ・ 板野町学校給食センターTEL(088) 637-5505

こんかつ じばさんまつ
今月の地場産物
 いだのちよさん
(板野町産)
 米、トマト
 にんじん
 ねぎ

基準	小学生	650	21~
	中学生	830	33
	中学生	830	27~ 42



5月29日(金)に提供する「板野産キャロットポタージュ」は、たくさんのひとの協力のもと、石田さんのにんじんを加工してにんじんピューレにし、給食センターでポタージュを作ります。