

様

( 5 )

## 2025、5月分予定献立

保護者確認欄

乳製品

(月)	(火)	(水)	(木)	(金)
			1 米飯	2 米飯
			新茶のかき揚げ ほうれんそうの和え物 はものみそ汁	焼肉風 わかめスープ
5	6	7 減量パン	8 米飯	9 米飯
		チリコンカン 海と畑のサラダ	さわらのごま揚げ 小松菜のおひたし わかめと豆腐のみそ汁	親子丼 ほうれんそうのいりどりและ
12 減量パン	13 米飯	14 米飯	15 麦ご飯	16 米飯
ミンチカツ さつまいもサラダ(小袋ごまドレッシング) クリームスープ	たまご焼き おかひじきのおかか和え 筑前煮	豚肉とキムチの炒め物 なめこ汁 やさいふりかけ	チキンカレー ツナサラダ	さばのみそ煮 スナッペンどう ちゃんこ汁
19 減量パン	20 米飯	21 減量黒糖パン	22 たけのこご飯	23 米飯
ポークチャップ キャベツのカレー味 チンゲンサイのスープ	牛肉とピーマンの炒め物 野菜のみそ汁 河内晩柑(個包装)	鶏肉のフレーク焼き 添え野菜 豆乳スープ	いかの天ぷら ひじきの煮物 沢煮椀	照焼き肉団子 チンゲンサイとコーンの和え物 卵スープ
26 減量パン	27 米飯	28 米飯	29 米飯	30 米飯
インディアン焼きそば フルーツよせ	焼き魚(たい) たくあんのごま和え 高野豆腐の五目煮	じゃんじゃん豆腐 すり身団子スープ	ビビンバ(肉、野菜・錦糸卵) もずくのすまし汁	鶏肉のうまい揚げ ブロッコリーのぼん酢和え かぼちゃだんごのみそ汁

牛乳(パック)は毎日つきます。

2025、5

No.1

									1(木)			2(金)		
									米飯 新茶のかき揚げ ほうれんそうの和え物 はものみそ汁			米飯 焼肉風 わかめスープ		
材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中
									せん茶(荒め)	1.6	1.92	豚肉ももスライス	25	30
									水	2.2	2.64	牛肉ももばらスライス	25	30
									給食用きざみするめ	3.5	4.2	米ぬか油	0.5	0.6
									水	5.5	6.6	キャベツ	50	60
									たまねぎ	20	24	にんじん	8	9.6
									にんじん	10	12	たまねぎ	15	18
									天外天塩	0.1	0.12	にんにく	0.9	1.08
									天ぷら粉	16	19.2	しょうが	0.8	0.96
									水	8.7	10.44	ケチャップ	2	2.4
									米ぬか油	6.5	7.8	りんご	2.5	3
												いりごま	0.9	1.08
									冷凍ほうれんそう	30	36	八丁みそ	1.7	2.04
									キャベツ	15	18	こいくちしょうゆ	4.1	4.92
									にんじん	3	3.6	本みりん	0.9	1.08
									上白糖	0.4	0.48	清酒	0.9	1.08
									うすくちしょうゆ	2.5	3	ウスターソース	2.1	2.52
												上白糖	1.7	2.04
									はも2cmカット	30	36	塩蔵わかめ	1.5	1.8
									たまねぎ	30	36	たまねぎ	10	12
									にんじん	9	11	焼きかまぼこ	6	7
									油揚げ	2	3.3	にんじん	10	12
									葉ねぎ	3.5	4.2	葉ねぎ	3.5	3.5
									出し昆布	0.5	0.5	丸鶏スープベースHD	15	15
									削り節 3号だし	3	3	天外天塩	0.12	0.13
									みそ	7.25	7.4	こしょう	0.02	0.03
												うすくちしょうゆ	4.8	4.9
												ごま油	0.2	0.22

2025、5

No. 2

5(月)			6(火)			7(水)			8(木)			9(金)		
						減量パン チリコンカン 海と畑のサラダ			米飯 さわらのごま揚げ 小松菜のおひたし わかめと豆腐のみそ汁			米飯 親子丼 ほうれんそうのいろどり和え		
材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中
						豚ひき肉	30	36	鶏もも皮つき 10g	小1.2年	その他	鶏もも皮つき 10g	30	35
						米ぬか油	0.2	0.24	さわら切身	40	50	米ぬか油	0.2	0.25
						たまねぎ	47	56.4	でんぷん	5	6	鶏卵	34	38
						にんじん	18	21.6	米ぬか油	5	6	たまねぎ	75	85
						ピーマン	4.25	5.1	こいくちしょうゆ	2	2.4	にんじん	15	18
						蒸し大豆	30	36	清酒	2	2.4	乾しいたけ	0.6	0.7
						にんにく	0.3	0.36	本みりん	2	2.4	おつゆふ	1.5	1.6
						ウスターソース	2.5	3	いりごま	2	2.4	葉ねぎ	4.5	4.5
						ケチャップ	10	12	三温糖	1	1.2	三温糖	1.3	1.45
						トマトピューレ	20	24	でんぷん	2	2.4	うすくちしょうゆ	2.5	2.8
						チリパウダー	0.01	0.01	水	2.5	3	こいくちしょうゆ	4	4.6
						天外天塩	0.3	0.36				清酒	0.5	0.5
						こしょう	0.02	0.02	こまつな	34	40.8	本みりん	0.5	0.5
						パセリ	0.9	1.08	もやし	23	27.6	削り節 3号だし	2	2
									上白糖	0.22	0.26			
						キャベツ	17	20.4	うすくちしょうゆ	2.7	3.24	ほうれんそう	15	18
						きゅうり	10	12				冷凍ほうれんそう	15	18
						まぐろ油漬け	15	18	木綿豆腐	40	45	スクール糸かまぼこ	8	9.6
						にんじん	5	6	たまねぎ	20	24	ぶなしめじ	5	6
						冷凍ホールコーン	5	6	塩蔵わかめ	1.2	1.4	キャベツ	17	20.4
						乾しひじき	1.5	1.8	葉ねぎ	3.5	3.5	にんじん	5	6
						うすくちしょうゆ	2.2	2.64	出し昆布	0.6	0.6	うすくちしょうゆ	2.8	3.36
						米酢	2.8	3.36	削り節 3号だし	4	4	上白糖	0.38	0.46
						上白糖	1.2	1.44	みそ	7.25	7.4			

2025、5

No.3

12(月)			13(火)			14(水)			15(木)			16(金)		
減量パン ミンチカツ さつまいもサラダ(小袋ごまドレッシング) クリームスープ			米飯 たまご焼き おかひじきのおかか和え 筑前煮			米飯 豚肉とキムチの炒め物 なめこ汁 やさいふりかけ			麦ご飯 チキンカレー ツナサラダ			米飯 さばのみそ煮 スナッペンどう ちゃんこ汁		
材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中
淡路牛ミンチカツ 60g [乳・卵抜き]	1個	1個	たまご焼き50g	1個	1個	豚肉ももスライス	30	36	鶏もも皮つき 5g	30	35	さば切身 50g	1切	1切
米ぬか油	6	6	おかひじき	18	21.6	豚肉ばらスライス	20	24	米ぬか油	0.3	0.3	みそ	4.5	4.5
さつまいも1cm角切り	30	36	キャベツ	25	30	米ぬか油	0.5	0.6	にんじん	20	22	三温糖	4.8	4.8
にんじん	5	6	うすくちしょうゆ	2.3	2.76	はくさいキムチ	10	12	たまねぎ	60	65	清酒	2	2
きゅうり	5	6	花かつお	0.4	0.48	キャベツ	34	40.8	じゃがいも	54	63	本みりん	2	2
天外天塩	0.15	0.18	鶏もも皮つき 10g	25	30	大豆もやし	15	18	マッシュルーム	4	5	こいくちしょうゆ	2.2	2.2
こしょう	0.01	0.01	米ぬか油	0.3	0.36	ぶなしめじ	10	12	給食用カレーフレーク	16	18	しょうが	1.6	1.6
ごまドレッシング 10ml [乳・卵不使用]	1袋	1袋	にんじん	23	27.6	オイスターソース	0.5	0.6	ウスターソース	2	2.2	水	25	25
			ごぼう	27	32.4	清酒	0.5	0.6	ケチャップ	2	2	スナッペンどう	20	24
			れんこん水煮	20	24	こいくちしょうゆ	3	3.6	りんご	3	3	冷凍ホールコーン	4	4.8
			乾しいたけ	0.4	0.48	なめこ	8	10	赤ワイン	0.5	0.6	天外天塩	0.1	0.12
ポークハム	10	12	さつま揚げ	10	12	木綿豆腐	40	45	天外天塩	0.2	0.25	こしょう	0.01	0.01
たまねぎ	23	28	冷凍絹厚揚げ	10	12	にんじん	10	12	ガラマササ	0.01	0.04			
にんじん	9	11	板こんにゃく	25	30	乾燥湯葉	1	1.2	ココナッツミルク	2.5	3	鶏つくね	30	35
こまつな	25	30	冷凍さやいんげん	5	6	根深ねぎ	10	12	キャベツ	25	30	はくさい	20	24
マッシュルーム	5	6	三温糖	1.5	1.8	みそ	7.25	7.4	にんじん	5	6	チンゲンサイ	15	18
調理用牛乳	40	40	うすくちしょうゆ	2.4	2.88	煮干し	4	4	まぐろ油漬け	15	18	塩蔵わかめ	1.2	1.2
丸鶏スープベースHD	15	15	こいくちしょうゆ	2.1	2.52	いろいろやさいふりかけ	1袋	1袋	きゅうり	10	12	スープベースチキン	15	15
天外天塩	0.6	0.65	清酒	0.5	0.6				セロリー	2	2.4	天外天塩	0.2	0.22
こしょう	0.02	0.03	本みりん	0.5	0.6				いりごま	0.6	0.72	うすくちしょうゆ	3.5	3.8
でんぷん	1.5	1.6							うすくちしょうゆ	2.3	2.76			
コンソメ	0.2	0.22							米酢	2.6	3.12			
									上白糖	0.9	1.08			
									ごま油	0.45	0.54			
									米粒麦	9.7	12.5			

2025、5

No.4

19(月)			20(火)			21(水)			22(木)			23(金)		
減量パン			米飯			減量黒糖パン			たけのこご飯			米飯		
ポークチャップ			牛肉とピーマンの炒め物			鶏肉のフレーク焼き			いかの天ぷら			照焼き肉団子		
キャベツのカレー味			野菜のみそ汁			添え野菜			ひじきの煮物			チンゲンサイとコーンの和え物		
チンゲンサイのスープ			河内晩柑(個包装)			豆乳スープ			沢煮椀			卵スープ		
材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中
豚肉ももスライス	50	60	牛肉ももばらスライス	45	54	小1.2年 その他	50	70	いか天ぷら 40g	1切		肉団子(照焼) 25g	2個	2個
たまねぎ	40	48	米ぬか油	0.5	0.6	鶏むね皮つき	50	70	いか天ぷら 50g		1切			
米ぬか油	0.5	0.6	にんじん	10	12	ノンエッグマヨネーズ	7.5	10.5	米ぬか油	4	5	冷凍ホールコーン	5	6
冷凍むき枝豆	5	6	たけのこ水煮	20	24	天外天塩	0.09	0.13				チンゲンサイ	50	60
ウスターソース	3.15	3.78	ピーマン	15	18	こしょう	0.01	0.01	乾しひじき	2	2.4	天外天塩	0.3	0.36
ケチャップ	13.5	16.2	もやし	12	14.4	コーンフレーク	8.75	8.75	にんじん	6	7.2	こしょう	0.01	0.01
三温糖	1.35	1.62	しょうが	0.48	0.58				さつま揚げ	6	7.2			
こしょう	0.02	0.02	こいくちしょうゆ	3.6	4.32	キャベツ	40	48	板こんにゃく	10	12	たまねぎ	20	25
天外天塩	0.1	0.12	清酒	0.5	0.6	にんじん	5	6	米ぬか油	0.2	0.24	にんじん	9	11
赤ワイン	1.1	1.32	三温糖	2	2.4	天外天塩	0.1	0.12	三温糖	0.8	0.96	豆苗	8	10
でんぷん	0.5	0.6	オイスターソース	1	1.2	こしょう	0.01	0.01	こいくちしょうゆ	2.1	2.52	鶏卵	17	20
水	1	1.2							清酒	0.3	0.36	丸鶏スープベースHD	15	15
			キャベツ	17	22	豚肉ももスライス	15	18	本みりん	0.4	0.48	天外天塩	0.25	0.25
キャベツ	34	40.8	にんじん	5	6	米ぬか油	0.2	0.24	削り節 3号だし	0.5	0.6	こしょう	0.02	0.03
にんじん	5	6	たまねぎ	20	25	にんじん	10	12				うすくちしょうゆ	3.9	4.1
カレー粉	0.04	0.05	えのきたけ	4	5	たまねぎ	20	24	豚肉もも千切り	20	24	でんぷん	0.3	0.33
天外天塩	0.18	0.22	油揚げ	3	3.3	乾しいたけ	0.5	0.6	じゃがいも	15	18	こんにゃく寒天	1	1
			葉ねぎ	3.5	3.5	きくらげ	0.5	0.6	こまつな	10	12			
チンゲンサイ	15	20	煮干し	4	4	葉ねぎ	3	3.6	にんじん	10	12			
チキンハム	10	12	みそ	7.25	7.4	豆乳	21	25.2	ごぼう	10	12			
たまねぎ	20	25	河内晩柑(個包装)	1袋	1袋	中華スープの素	0.5	0.6	えのきたけ	5	6			
にんじん	5	6				スープベースチキン	12	12	しょうが	0.8	0.96			
きくらげ	0.2	0.3				うすくちしょうゆ	1.3	1.56	清酒	1	1.2			
冷凍ホールコーン	12	14.4				清酒	0.5	0.6	うすくちしょうゆ	3.8	3.9			
丸鶏スープベースHD	15	15				天外天塩	0.5	0.6	本みりん	0.5	0.6			
うすくちしょうゆ	4.1	4.3				こしょう	0.02	0.02	天外天塩	0.2	0.24			
天外天塩	0.1	0.13				ごま油	0.2	0.22	こしょう	0.02	0.02			
こしょう	0.02	0.04							削り節 3号だし	4	4			
						黒砂糖	10	14	たけのこご飯の素	22.17	28.6			

2025、5

No.5

26(月)			27(火)			28(水)			29(木)			30(金)		
減量パン インディアン焼きそば フルーツよせ			米飯 焼き魚(たい) たくあんのごま和え 高野豆腐の五目煮			米飯 じゃんじゃん豆腐 すり身団子スープ			米飯 ビビンバ(肉、野菜・錦糸卵) もずくのすまし汁			米飯 鶏肉のうまい揚げ ブロッコリーのぼん酢和え かぼちゃだんごのみそ汁		
材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中
焼きそばめん	28	33.6	小1.2年 その他 たい切身	40	50	豚肉ももスライス	20	24	牛肉ももばらスライス	45	54	鶏もも皮つき 10g	60	72
豚肉ばらスライス	20	24	米ぬか油	0.2	0.24	葉ねぎ	0.2	0.24	しょうが	0.2	0.24	にんにく	0.24	0.29
キャベツ	34	40	がんもどき	30	36	しょうが	0.2	0.24	しょうが	0.2	0.24	しょうが	0.24	0.29
もやし	20	25	板こんにゃく	25	30	にんにく	0.2	0.24	清酒	0.96	1.15	清酒	0.96	1.15
たまねぎ	15	18	千切だいこん漬け	12	14.4	たまねぎ	40	48	こいくちしょうゆ	3.2	3.84	こいくちしょうゆ	0.96	1.15
にんじん	15	16	きゅうり	12	14.4	にんじん	10	12	三温糖	1.2	1.44	でんぷん	10.4	12.48
にら	3	3.5	いりごま	0.4	0.48	根深ねぎ	4	4.8	米ぬか油	6	7.2	米ぬか油	6	7.2
葉ねぎ	3	3.5	乾しいたけ	0.5	0.6	しょうが	0.4	0.48	ほうれんそう	15	18	上白糖	0.8	0.96
お好みソース	7	8	高野豆腐	10	12	みそ	2.8	3.36	冷凍ほうれんそう	15	18	こいくちしょうゆ	2.6	3.12
ウスターソース	4.8	6	鶏もも皮つき 10g	20	24	こいくちしょうゆ	3	3.6	にんじん	9	10.8	本みりん	2.6	3.12
天外天塩	0.17	0.2	米ぬか油	0.3	0.36	三温糖	1.95	2.34	いりごま	1	1.2	米酢	1.15	1.38
こしょう	0.02	0.04	にんじん	15	18	清酒	1	1.2	うすくちしょうゆ	3.4	4.08	水	2.4	2.88
あおのり	0.25	0.3	たまねぎ	75	90	野菜ミックスボール	30	35	上白糖	0.6	0.72	ブロッコリー	10	12
カレー粉	0.2	0.24	たけのこ水煮	15	18	根深ねぎ	10	12	ごま油	0.6	0.72	冷凍ブロッコリー	20	24
米ぬか油	0.5	0.6	冷凍さやいんげん	5	6	チンゲンサイ	15	18	錦糸卵	12	14.4	味ぼん	3.8	4.56
パインアップル缶	27	32.4	こいくちしょうゆ	1.2	1.44	塩蔵わかめ	1.2	1.2	乾燥もずく	0.3	0.35	かぼちゃもち	25	30
黄桃缶	28	33.6	三温糖	1.3	1.56	丸鶏スープベースHD	15	15	木綿豆腐	30	35	たまねぎ	15	18
野菜入りファイバーゼリー	15	18	本みりん	0.5	0.6	天外天塩	0.2	0.22	にんじん	9	11	にんじん	12	14.4
ナタデココ	20	24	清酒	0.5	0.6	うすくちしょうゆ	3.5	3.8	えのきたけ	7	9	油揚げ	3	3.6
上白糖	2	2.4	削り節 3号だし	1	1.2				天外天塩	0.12	0.13	葉ねぎ	3.5	3.5
水	3	3.6							うすくちしょうゆ	3.8	4	煮干し	4	4
									削り節 3号だし	5	5	みそ	7.25	7.4