

# 令和8年度5月 献立予定表

門川町学校給食センター

日付	○主食 ●主菜 ★副菜 ★その他 ◎(主食主菜兼用)	ざいりょう			ちょうみりょう	小学校	中学校
		エネルギーになる (き)	からだをつくる (あか)	からだのちょうしをととのえる (みどり)		エネルギー基準	
						650	830
							たんばく質基準 21~32 27~41
1	○むぎごはん / ●おちゅめあげ ★そえやさい 金 ★カラフルスープ ★ぎゅうにゅう	こめ むぎ かたくりこ あぶら ピーマン	とりにく ベーコン ぎゅうにゅう	にんにく ブロッコリー にんじん かぼちゃ たまねぎ あか・き・みどりピーマン	さけ おちゅめのは こいくちしょうゆ しお こしょう あおじそドレッシング ガラスープ うすくちしょうゆ	636	769
7	○げんりょうコッパパン / ◎やきそば 木 ★ほうれんそうサラダ ★ぎゅうにゅう★こどものデザート(五十鈴小)	パン ちゅうかめん あぶら ゼリー	ぶたにく ちくわ あおさ ツナ ぎゅうにゅう	キャベツ しょうが たまねぎ にんじん もやし ほうれんそう きゅうり	ウスターソース オイスターソース しお こしょう マヨネーズ	641	757
8	◎かどがわすし / ★わらびのみそしる 金 ★こどものデザート ★ぎゅうにゅう	こめ さとう あぶら ごま さといも ゼリー	なまりおし ツナ かまぼこ きんしたまご あつあげ ぶたにく みそ ぎゅうにゅう	しいたけ あおまめ にんじん えのき わらび こまつな	しお す うすくちしょうゆ みりん にぼし	613	729
11	◎もずくどん / ★さつまじる 月 ★ぎゅうにゅう	こめ むぎ あぶら さとう さつまいも	ぶたにく もずく とうふ みそ ぎゅうにゅう	しょうが コーン あおまめ たまねぎ にんじん だいこん ねぎ	みりん こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ さけ にぼし	658	791
12	◎キーマカレードッグ / ★やさしいレモンあえ 火 ★ぎゅうにゅう	パン あぶら さとう	ぶたにく だいず ツナ ぎゅうにゅう	トマト りんご にんにく たまねぎ ズッキーニ あか・きピーマン にんじん カリフラワー きゅうり レモン	カレーこ チャツネ ウスターソース フイヨン しお す こしょう	615	718
13	○むぎごはん / ●かつおのごまみそあえ★そえやさい 水 ★はちはいじる ★ぎゅうにゅう	こめ むぎ かたくりこ あぶら さとう ごま	かつお あつあげ みそ とうふ ぎゅうにゅう	しょうが きゅうり れんこん にんじん だいこん しいたけ こまつな ねぎ	こいくちしょうゆ さけ うすくちしょうゆ にぼし みりん	603	722
14	○こめパン / ●つぼみシチュー 木 ★しんたまサラダ ★ぎゅうにゅう	パン バター	とりにく とうにゅう チーズ ぎゅうにゅう	ブロッコリー たまねぎ カリフラワー にんじん きゅうり コーン しんたまねぎ	ガラスープ こしょう ホワイトルウ たまねぎドレッシング	603	699
15	○むぎごはん / ●だいこんのうまに 金 ★ただけのこのおかかマヨあえ ★ぎゅうにゅう	こめ むぎ さといも さとう あぶら	とりにく がんも かつおぶし ちくわ ぎゅうにゅう	しいたけ こんにゃく だいこん にんじん ただけのこ きゅうり コーン	みりん こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ マヨネーズ	635	762
18	○むぎごはん / ●れんこんのあまからいため 月 ★にくだんごはるさめのスープ ★ぎゅうにゅう	こめ むぎ さとう ごまあぶら あぶら はるさめ かたくりこ	ぶたにく とうにゅう とりにく ぎゅうにゅう	ピーマン しょうが こんにゃく れんこん にんじん たまねぎ ブロッコリー えのき	こいくちしょうゆ さけ しお ガラスープ うすくちしょうゆ こしょう	634	761
19	○コッパパン / ●れいしゅぶサラダ 火 ★かにとちんげんさいのスープ ★ぎゅうにゅう	パン あぶら	ぶたにく とうふ とうふ かにかまぼこ ぎゅうにゅう	きゅうり キャベツ あか・き・みどりピーマン にんじん えのき ちんげんさい	ごまドレッシング うすくちしょうゆ ガラスープ	610	711
20	○むぎごはん / ●マーボーはるさめ 水 ★ナムル ★ぎゅうにゅう	こめ むぎ はるさめ かたくりこ ごまあぶら さとう	ぶたにく とうふ ハム ぎゅうにゅう	しいたけ しょうが たまねぎ たら にんじん ほうれんそう きゅうり もやし	こいくちしょうゆ さけ トウバンジャン しお ガラスープ オイスターソース うすくちしょうゆ す	626	751
21	○ミルクパン / ●リヨネーズポテト 木 ★フレンチサラダ ★ぎゅうにゅう	パン じゃがいも あぶら さとう	ベーコン チーズ とりにく ぎゅうにゅう	たまねぎ グリンピース にんじん ブロッコリー カリフラワー キャベツ コーン	フイヨン しお こしょう す	640	747
22	○むぎごはん / ●ぶたにくとあつあげのみそに 金 ★カルちゃんあえ ★ぎゅうにゅう	こめ むぎ さといも あぶら さとう	あつあげ みそ ぶたにく とりにく ひじき ぎゅうにゅう	ただけのこ しいたけ たまねぎ にんじん しょうが こまつな せんぎりだいこん ブロッコリー	さけ こいくちしょうゆ ごまドレッシング	699	842
25	○わかめごはん / ●にんじんしりしり 月 ★まめとんじる ★ぎゅうにゅう	こめ むぎ あぶら さとう さといも	わかめ ツナ たまご ぶたにく とうふ みそ だいず ぎゅうにゅう	もやし にんじん ごぼう ほうれんそう ねぎ だいこん	さけ しお うすくちしょうゆ にぼし	603	722
26	○げんりょうコッパパン / ◎ラーメン 火 ★ブロッコリーとチキンのサラダ ★ぎゅうにゅう	パン ごまあぶら ちゅうかめん ごま あぶら さとう	ぶたにく みそ とりにく ぎゅうにゅう	しょうが コーン ねぎ もやし にんにく にんじん きくらげ ブロッコリー キャベツ	ガラスープ うすくちしょうゆ しお こしょう す	606	713
27	○むぎごはん / ●ぶたにらいため 水 ★とりごぼろじる ★ぎゅうにゅう	こめ むぎ ごまあぶら さとう さといも	ぶたにく だいず とりにく ぎゅうにゅう	キャベツ たら しょうが にんにく たまねぎ にんじん ごぼう しいたけ ほうれんそう ねぎ	さけ こいくちしょうゆ コチュジャン みりん にぼし うすくちしょうゆ	622	746
28	◎ツナサンド / ★キャロットポタージュ 木 ★ぎゅうにゅう	パン あぶら こめこ	ツナ とりにく しらはなまめ とうにゅう ぎゅうにゅう	きゅうり たまねぎ にんじん えのき しめじ パセリ	マヨネーズ しお こしょう ガラスープ フイヨン	600	699
29	○むぎごはん / ●さかなのさいきょうやき★こんぶあえ 金 ★けんちんじる ★ぎゅうにゅう	こめ むぎ さとう	さば みそ しおこんぶ ぶたにく とうふ ぎゅうにゅう	きゅうり もやし だいこん にんじん こまつな しいたけ	みりん うすくちしょうゆ にぼし	593	708
						25.2	29.2
						25.2	29.8

※ 5月8日(金)は、五十鈴小は遠足のため給食はありません。  
 ※ 5月14日(木)・18日(月)は、門川中は振替休業日のため給食はありません。  
 ※ 5月15日(金)は、草川小・門川小は遠足のため給食はありません。  
 ※ 5月20日(水)・21日(木)は、草川小5年生はむかばき宿泊学習のため給食はありません。  
 ※ 5月28日(木)・29日(金)は、五十鈴小6年生・草川小学校6年生は修学旅行のため給食はありません。