

5月学校給食献立予定表

令和 7 年度

今月の目標 みんななかよく たのしくたべよう

かわしままち がっこう きょうしつ
川島町学校給食センター

日	曜	こんだてめい		おもなしょくひんめい			えいようりょう					
		しゅしよく のみもの	お か す	からだをつくるもの	ねつやちからになるもの	からだのちょうしをととのえるもの	小学校		中学校			
1	木	コッペパン 牛乳 (中250cc)	ABCスープ スラッピーショー かわちばんかん	ぎゅうにゅう フランクフルト ぶたにく だいす	コッペパン あぶら マカロニ じゃがいも こめこ	たまねぎ にんじん キャベツ こまつな かわちばんかん	577	24.2	751	31.5		
2	金	ごはん 牛乳	わかめのみそしる さわらのピリからやき にくやさいのため	ぎゅうにゅう わかめ とうふ みそ さわら ぶたにく	ごはん じゃがいも あぶら さとう	にんじん たまねぎ しょうが キャベツ もやし にら	611	29.8	757	36.2		
7	水	ちゃめし 牛乳	かきたまじる チキンナゲット (小②中③) ビーフンいため	ぎゅうにゅう とうふ たまご チキンナゲット ぶたにく	ちゃめし でんぶん こまあぶら あぶら ビーフン	にんじん ねぎ こまつな たまねぎ キャベツ もやし	628	25.1	804	31.7		
8	木	ごはん 牛乳	こまみそしる ささかまのこめこわかばあけ きりほしだいこんの こめこスタミナどんのぐ 	ぎゅうにゅう とうふ みそ ささかまほこ ぶたにく	ごはん あぶら じゃがいも こま こめこ さとう こまあぶら	だいこん にんじん ねぎ こまつな パセリ にんにく きりほしだいこん にら	614	23.1	764	27.9		
9	金	ごはん 牛乳	ジュリエンスープ オムレツのチーズやき チキンライスのぐ	ぎゅうにゅう ぶたにく オムレツ チーズ とりにく	ごはん オリーブオイル あぶら	にんじん たまねぎ キャベツ パセリ にんにく トマト ピーマン	612	25.1	773	31.1		
12	月	ごはん 牛乳	けんちんじる あかうおのみそマヨやき ぶたにくとこんにゃくののもの	ぎゅうにゅう あぶらあげ とうふ あかうお みそ ぶたにく	ごはん あぶら じゃがいも エッグフリーマヨネーズ こまあぶら さとう	ごぼう にんじん ねぎ こまつな たまねぎ こんにゃく えのきだけ ピーマン	602	26.7	750	32.4		
13	火	じごなうどん 牛乳	さんさいうどん(しる) あおのりポテト (小②中③) もやしのこまずあえ	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ あおのり	じごなうどん あぶら じゃがいも こむぎこ さとう こまあぶら ごま	ぶなしめじ さんさい ほししいたけ こまつな ねぎ もやし きゅうり にんじん	590	23.2	746	28.4		
14	水	ごはん 牛乳	コーンポタージュ ハンバーグたまねぎソースかけ イタリアンサラダ	ぎゅうにゅう ベーコン なまクリーム ハンバーグ	ごはん あぶら バター こむぎこ さとう でんぶん	たまねぎ にんじん とうもろこし パセリ にんにく キャベツ じゃがいも あかピーマン	686	23.0	867	28.3		
15	木	しょくパン 牛乳	ミネストローネ スパイシーチキン マカロニサラダ いちごジャム	ぎゅうにゅう ぶたにく だいす とりにく	しょくパン あぶら じゃがいも でんぶん マカロニ さとう いちごジャム	にんにく セロリー たまねぎ にんじん ねぎ トマト キャベツ きゅうり	617	23.7	768	29.1		
16	金	ごはん 牛乳	とうふのちゅうかに やきぎょうざ (小②中③) きゅうりとキャベツの ちゅうかあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく なると とうふ ぎょうざ	ごはん こまあぶら さとう でんぶん あぶら こま	しょうが にんにく にんじん たまねぎ チンゲンサイ きゅうり キャベツ	638	26.2	812	32.7		
19	月	ごはん 牛乳	すましじる あじのなんばんづけ なまあげのにくみそいため	ぎゅうにゅう とうふ あじ ぶたにく なまあげ みそ	ごはん あぶら こまあぶら さとう でんぶん	にんじん ほししいたけ えのきだけ こまつな ねぎ しょうが たまねぎ	634	26.0	789	32.2		
20	火	ホットちゅうかめん 牛乳	コーンわかめラーメン むししゅうまい (小②中③) ごぼうサラダ ひとくちチーズ (中のみ)	ぎゅうにゅう とりにく わかめ しゅうまい みそ チーズ (中のみ)	ホットちゅうかめん こまあぶら あぶら さとう こま	にんじん もやし とうもろこし ねぎ ごぼう きゅうり	585	26.6	770	35.4		
21	水	ごはん 牛乳 (中250cc)	はるさめとかぶのスープ フルコギ グリーンサラダ	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく みそ	ごはん あぶら はるさめ こまあぶら さとう ごま	にんじん かぶ こまつな にんにく たまねぎ もやし にら キャベツ じゃがいも えだまめ	591	23.1	769	29.9		
22	木	バターコッペパン 牛乳	ホワイトシチュー インディアンスパゲティ フレンチサラダ	ぎゅうにゅう とりにく スキムミルク なまクリーム ぶたにく	バターコッペパン あぶら じゃがいも バター こむぎこ スパゲッティ さとう	たまねぎ にんじん ぶなしめじ にんにく キャベツ じゃがいも あかピーマン とうもろこし	703	25.3	902	31.2		
23	金	ごはん 牛乳	くれのにくじゃが とりのせとろしもんふうみやき もぶりごはんのぐ 	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく あぶらあげ だいす	ごはん あぶら じゃがいも さとう	たまねぎ しらす レモンかじゅう にんじん ごぼう ほししいたけ ぶなしめじ さやいんげん	652	28.2	811	34.5		
26	月	ごはん 牛乳 (中250cc)	じゃがいものみそしる たらのしんたまソースかけ もやしのナムル	ぎゅうにゅう わかめ とうふ みそ たら	ごはん じゃがいも あぶら さとう こまあぶら ラーゆ でんぶん	にんじん たまねぎ にんにく もやし こまつな	583	23.6	760	30.9		
27	火	じごなうどん 牛乳	にくじろうどん (しる) きなこあげパン キャベツのおかかあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ こんぶ かつおぶし きなこ	じごなうどん あぶら コッペパン さとう	にんじん だいこん ねぎ キャベツ もやし	703	26.3	843	31.0		
28	水	ごはん 牛乳	こめこのみそしる あつやきたまご とりごぼうごはんのぐ 	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ あつやきたまご とりにく あぶらあげ	ごはん あぶら こめこ さとう	にんじん ねぎ だいこん こまつな しょうが ごぼう	629	29.4	783	35.6		
29	木	こどもパン 牛乳	やさいとにくだんごのスープ クロック・ソース コールスロー ヨーグルト	ぎゅうにゅう ミートボール ヨーグルト	こどもパン でんぶん こまあぶら クロック あぶら オリーブオイル さとう	にんじん もやし たまねぎ チンゲンサイ ねぎ キャベツ	633	23.6	780	27.6		
30	金	ごはん 牛乳	てづくりカレー とうふナゲット (小①中②) こんにゃくサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ ヨーグルト とうふナゲット	ごはん あぶら じゃがいも バター こむぎこ くらざとう ココア さとう こまあぶら	にんにく しょうが たまねぎ にんじん トマト りんご こんにゃく もやし きゅうり	620	23.3	791	29.4		
20回		※材料などの都合で献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。 ※毎月19日は食育の日です。家庭でも「食」について話してみませんか？			※本学の食品は、川島町産 の食材を使っています。		今月の平均栄養摂取量		625	25.3	790	31.4



★給食の写真をホームページに掲載しています。
ホームページアドレス <https://www.town.kawajima.saitama.jp/>

◎栄養量は八訂成分表で計算しています。