

2025年5月献立明細表

分量は小学校中学年基準値、単位はすべてgです。

輪之内町学校給食センター

		1(木)		2(金)		7(水)		8(木)		9(金)		12(月)		13(火)		14(水)		15(木)		16(金)		
献立		麦ごはん 牛乳 コーンシューマイ チンゲンサイの中華和え 麻婆豆腐		麦ごはん 牛乳 かつおの更紗揚げ 切り干し大根の和え物 かぶとかまぼこのすまし汁 こどもの日デザート		カレーピラフ 牛乳 いかフリッター こんにやくサラダ 一食相橋ドレッシング 根菜スープ		麦ごはん 牛乳 さわらのしょうゆ焼 高野豆腐とツナの煮物 五目野菜汁		麦ごはん 牛乳 豚肉のねぎ塩焼き 白菜のおかか和え 豆腐の合わせみそ汁		麦ごはん 牛乳 めばるのフライ 一食ノエグマネギ もやしのごま和え じゃがいもの白みそ汁		きなこ揚げパン 牛乳 ミートボールのトマト煮 キャベツとコーンのソー		麦ごはん 牛乳 さばのみそ焼き きんぴらごぼう 玉ふのすまし汁		ソフト麺 牛乳 ハッシュドポテト 大根サラダ ツナトマトソース		麦ごはん 牛乳 ブレンオムレツ 海藻サラダ 一食ノエグマネギ チキンカレー		
献立の材料	精白米（強化米入） 麦割 米粒麦	75 7	精白米（強化米入） 麦割 米粒麦	75 7	精白米（強化米入） こめ油 ウインナー【豚肉】	75 0.5 15	精白米（強化米入） 麦割 米粒麦	75 7	精白米（強化米入） 麦割 米粒麦	75 7	精白米（強化米入） 麦割 米粒麦	75 7	精白米（強化米入） 麦割 米粒麦	75 7	コッペパン【小麦乳】 大豆油【大豆】 きな粉【大豆】 上白糖 食塩	1個 5 3 8 0.05	精白米（強化米入） 麦割 米粒麦	75 7	ソフト麺【小麦】 牛乳【乳】	1袋 206	精白米（強化米入） 麦割 米粒麦	75 7
	牛乳【乳】	206	牛乳【乳】	206	たまねぎ にんじん	35 10	牛乳【乳】	206	牛乳【乳】	206	牛乳【乳】	206	牛乳【乳】	206	牛乳【乳】	206	牛乳【乳】	206	牛乳【乳】	206	牛乳【乳】	206
	コーンシューマイ【小麦大豆鶏豚】	36	かつお 清酒	50 2.5	ホールコーン	10	さわら	50	豚肩ロース肉【豚肉】	56	めばるフライ【小麦】	50	大豆油【大豆】	3	牛乳【乳】	206	さば切り身【さば】	50	大豆油【大豆】	3	ブレンオムレツ【卵】	50
	りよくとうもやし チンゲンサイ 上白糖	30 25 2.3	しょうが にんにく	0.5 0.5	白こしょう	0.02	しょうが 上白糖	0.5 1	しょうが にんにく	0.4 0.4	一食ノエグマネギ【大豆】	1袋	水	30	しょうが 上白糖	45	にんにく しょうが	0.3 0.3	だいこん にんじん	35 5	海藻ミックス キャベツ	0.7 20
	濃口しょうゆ【小麦大豆】	2.3	カレー粉	0.3	ウスターソース	1	塩こうじ	2	ねぎ	3	りよくとうもやし	30	にんじん	15	合わせみそ【大豆】	3	上白糖	0.5	ホールコーン	8	白こしょう	0.5
	米酢	2	じゃがいもでん粉	6	カレー粉	0.1	清酒	1	白しょうゆ【小麦大豆】	1.8	ごま油【ごま】	0.4	本みりん	5	ミートボール【大豆鶏肉】	45	こめ油	0.3	濃口しょうゆ【小麦大豆】	1.5	米酢	1.2
	ごま油【ごま】	0.2	大豆油【大豆】	4	カレーアロマ	0.3	和風だしの素	0.3	ごま油【ごま】	0.4	はくさい	30	ごま油【ごま】	0.5	中ざら糖	3	にんじん	2.6	ごま油【ごま】	0.5	にんにく	0.3
	すりごま【ごま】	1	切干しだいこん	3.5	牛乳【乳】	206	中ざら糖	2	濃口しょうゆ【小麦大豆】	3.2	りよくとうもやし	20	いりごま【ごま】	1	トマト水煮	15	つきこんにやく	10	ごめ油	0.5	鶏むね肉【鶏肉】	10
	こめ油	0.3	こまつな	25	いかりん	40	たまねぎ	15	りよくとうもやし	20	にんじん	5	混合だしパッ【さば】	3	トマトピューレー	8	清酒	1.5	こめ油	0.5	鶏むね肉【鶏肉】	10
	しょうが	1	にんじん	5	いかりん	40	たまねぎ	15	りよくとうもやし	20	にんじん	5	混合だしパッ【さば】	3	トマトピューレー	8	清酒	1.5	こめ油	0.5	鶏むね肉【鶏肉】	10
	にんにく	0.5	ホールコーン	5	大豆油【大豆】	3	にんじん	8	にんじん	5	本みりん	0.8	混合だしパッ【さば】	3	トマトピューレー	8	清酒	1.5	こめ油	0.5	鶏むね肉【鶏肉】	10
	豚ひき肉【豚肉】	20	濃口しょうゆ【小麦大豆】	3	カットわかめ(乾)	0.4	水	24	濃口しょうゆ【小麦大豆】	2.2	たまねぎ	15	油揚げ【大豆】	3	白こしょう	0.02	青ピーマン	5	白こしょう	0.02	りんご【りんご】	5
	清酒	2	上白糖	2	キャベツ	20	きゅうり	8	さやいんげん	5	混合だしパッ【さば】	2	米みそ(白みそ)【大豆】	8	ねぎ	5	こめ油	0.3	混合だしパッ【さば】	2.5	にんじん	25
	トウバンジャン	0.15	和風だしの素	0.25	サラダ用こんにやく	15	マグロ水煮フレーク	10	高野豆腐【大豆】	6	いりごま	5	キャベツ	55	白かまぼこ	8	トマト水煮	40	トマトピューレー	6	トマトケチャップ	6
	たまねぎ	20	こめ油	0.3	きゅうり	8	さやいんげん	5	混合だしパッ【さば】	2	米みそ(白みそ)【大豆】	8	ねぎ	5	こめ油	0.3	混合だしパッ【さば】	2.5	にんじん	25	鶏だしの素【鶏肉】	0.5
	にんじん	12	ゆでたけのこ	10	大豆水煮【大豆】	8	たまねぎ	10	だいこん	23	木綿豆腐【大豆】	25	合わせみそ【大豆】	8	キャベツ	55	白かまぼこ	8	トマト水煮	40	トマトピューレー	6
	水	16	えのきたけ	7	大豆小麦りんごオレンジ	8	にんじん	10	ゆでたけのこ	10	カットわかめ(乾)	0.4	ねぎ	5	ホールコーン	7	白玉ふ【小麦】	2	上白糖	1.5	ウスターソース	4
	中華だし【大豆小麦鶏ごま】	0.7	ちらしかまぼこ(かぶと)	8	鶏むね肉【鶏肉】	10	ゆでたけのこ	10	ぶなしめじ	8	ねぎ	8										
	上白糖	1.2	絹ごし豆腐【大豆】	20	白ワイン	1	清酒	1	清酒	1	清酒	1	清酒	1	清酒	1	清酒	1	清酒	1	清酒	1
	本みりん	1.8	食塩	0.1	白ワイン	1	清酒	1	清酒	1	清酒	1	清酒	1	清酒	1	清酒	1	清酒	1	清酒	1
豆みそ【大豆】	7	薄口しょうゆ【小麦大豆】	4	たまねぎ	15	清酒	1	清酒	1	清酒	1	清酒	1	清酒	1	清酒	1	清酒	1	清酒	1	
濃口しょうゆ【小麦大豆】	1	ねぎ	5	ごぼう	10	油揚げ【大豆】	3	食塩	0.2	食塩	0.2	食塩	0.2	食塩	0.2	食塩	0.2	食塩	0.2	食塩	0.2	
木綿豆腐【大豆】	90	クリームソーダ風ゼリー	40	にんじん	8	有塩コンソメ	1.2	ねぎ	8	ねぎ	8											
じゃがいもでん粉	2.6	【大豆ゼリー】		有塩コンソメ	1.2	ねぎ	8	ねぎ	8	ねぎ	8											
ねぎ	10			食塩	0.15	白こしょう	0.01															
ごま油【ごま】	0.5			薄口しょうゆ【小麦大豆】	3.5																	
小中	エ	676 kcal	1.8 g	635 kcal	1.9 g	647 kcal	3.0 g	613 kcal	2.4 g	600 kcal	1.9 g	625 kcal	2.3 g	639 kcal	2.8 g	604 kcal	2.1 g	755 kcal	2.9 g	673 kcal	2.2 g	
エ	803 kcal	2.2 g	726 kcal	2.1 g	775 kcal	3.5 g	708 kcal	2.7 g	691 kcal	2.2 g	718 kcal	2.5 g	778 kcal	3.4 g	698 kcal	2.5 g	921 kcal	3.3 g	781 kcal	2.4 g		
日曜	19(月)		20(火)		21(水)		22(木)		23(金)		26(月)		27(火)		28(水)		29(木)		30(金)			
献立		麦ごはん 牛乳 鶏肉の香味焼き 五目豆 キャベツの合わせみそ汁 ヨーグルト		米粉食パン 牛乳 トマトチーズハンバーグ ごぼうサラダ ABCスープ		わかめごはん 牛乳 揚げ豆腐のそぼろあんかけ キャベツのかおり和え さつま白みそ汁		麦ごはん 牛乳 豚肉の炒め物(ビビンバ) 小松菜のナムル(ビビンバ) トックたまごスープ		麦ごはん 牛乳 あじの南蛮漬け もやしのゆかり和え 豚汁		麦ごはん 牛乳 野菜コロッケ 即席漬け 豚丼の具		小型パン 牛乳 焼きフランクフルト 焼きそば フルーツ杏仁		麦ごはん 牛乳 ホキのみそがらめ 小松菜の磯和え 沢煮碗		麦ごはん 牛乳 いかのカレー焼き 切り干し大根のそぼろ煮 厚揚げの合わせみそ汁 みかんゼリー		麦ごはん 牛乳 ヤンニョムチキン キャベツの中華風サラダ わかめスープ		
献立の材料	精白米（強化米入） 麦割 米粒麦	75 7	米粉食パン【小麦乳】 牛乳【乳】	2枚 206	精白米（強化米入） 麦割 米粒麦 わかめごはんの素	75 7 1.8	精白米（強化米入） 麦割 米粒麦	75 7	精白米（強化米入） 麦割 米粒麦	75 7	精白米（強化米入） 麦割 米粒麦	75 7	精白米（強化米入） 麦割 米粒麦	75 7	小型パン【小麦乳】 牛乳【乳】	1個 206	精白米（強化米入） 麦割 米粒麦	75 7	精白米（強化米入） 麦割 米粒麦	75 7	精白米（強化米入） 麦割 米粒麦	75 7
	牛乳【乳】	206	牛乳【乳】	206	牛乳【乳】	206	牛乳【乳】	206	牛乳【乳】	206	牛乳【乳】	206	牛乳【乳】	206	牛乳【乳】	206	牛乳【乳】	206	牛乳【乳】	206	牛乳【乳】	206
	鶏もも肉【鶏肉】	60	ハンバーグ【大豆鶏豚】	60	牛乳【乳】	206	こめ油	0.3	あじ	50	野菜コロッケ【大豆小麦】	40	こめ油	0.5	ポークフランクフルト【豚肉】	30	ホキ	50	いか【いか】	50	鶏もも肉【鶏肉】	50
	にんにく	0.5	トマト水煮	5	こめ油	0.3	にんにく	0.8	清酒	2	大豆油【大豆】	3	こめ油	0.5	豚もも肉【豚肉】	20	清酒	1.5	清酒	1.5	しょうが	0.5
	しょうが	0.5	トマトソース【大豆】	7	しょうが	0.7	しょうが	0.7	しょうが	0.5	大豆油【大豆】	4	しょうが	0.5	豚もも肉【豚肉】	20	しょうが	0.7	しょうが	0.7	濃口しょうゆ【小麦大豆】	1
	清酒	1	トマトケチャップ	5	焼き豆腐【大豆】	60	豚もも肉【豚肉】	45	食塩	0.1	キャベツ	20	食塩	0.1	キャベツ	20	じゃがいもでん粉	10	にんにく	0.5	清酒	1
	上白糖	0.6	チーズ【乳】	12	大豆油【大豆】	4	清酒	2	じゃがいもでん粉	8	こまつな	15	白こしょう	0.01	こまつな	15	大豆油【大豆】	4	上白糖	1	じゃがいもでん粉	10
	濃口しょうゆ【小麦大豆】	4	ごぼう	25	しょうが	0.2	コチジャン【大豆】	0.5	大豆油【大豆】	4	たまねぎ	10	薄口しょうゆ【小麦大豆】	0.4	薄口しょうゆ【小麦大豆】	0.4	にんじん	10	上白糖	6	大根サラダ	4
	ねぎ	2	にんじん	5	清酒	1	切干しだいこん	3	たまねぎ	10	いりごま【ごま】	1	りよくとうもやし	45	りよくとうもやし	45	キャベツ	45	本みりん	1	米酢	1.3
	ごま油【ごま】	0.3	きゅうり	10	本みりん	0.5	上白糖	4	上白糖	4	米酢	3	こめ油	0.3	こめ油	0.3	蒸し中華めん【小麦】	70	水	3	こめ油	0.5
	こんにやく	12	ホールコーン	5	上白糖	1	濃口しょうゆ【小麦大豆】	3.5	濃口しょうゆ【小麦大豆】	3.5	米酢	3	豚もも肉【豚肉】	40	しょうが(酢漬)	1	こまつな	25	鶏ひき肉【鶏肉】	8	コチジャン【大豆】	0.2
	にんじん	8	薄口しょうゆ【小麦大豆】	3	たまねぎ	5	白菜キムチ【大豆】	8	米酢	3	ねぎ	5	清酒	2	しょうが	0.3	ウスターソース	7	にんじん	1.2	切干しだいこん	6
	大豆水煮【大豆】	20	米酢	1.5	じゃがいもでん粉	0.5	りよくとうもやし	30	ごま油【ごま】	0.2	混合だしパッ【さば】	8	混合だしパッ【さば】	3	しょうが	0.5	豚もも肉【豚肉】	15	濃口しょうゆ【小麦大豆】	7	たまねぎ	10
	清酒	1	キャベツ	35	こまつな	20	にんにく	0.8	しょうが	0.7	しょうが	0.5	しょうが	0.5	しょうが	0.5	しょうが	0.5	しょうが	0.5	しょうが	0.5
	上白糖	1.2	ベーコン【豚肉】	8	きゅうり	8	上白糖	0.2	キャベツ	15	きゅうり	5	たまねぎ	45	たまねぎ	45	たまねぎ	45	たまねぎ	45	たまねぎ	45
	本みりん	1	白ワイン	1	千切りだいこん漬	8	濃口しょうゆ【小麦大豆】	2.5	赤しそ粉	0.5	赤しそ粉	0.5	にんじん	10	にんじん	10	にんじん	10	にんじん	10	にんじん	10
	和風だしの素	0.4	たまねぎ	18	青しそ粉	0.3	ごま油【ごま】	0.1	すりごま【ごま】	1	すりごま【ごま】	1	上白糖	2.5	上白糖	2.5	上白糖	2.5	上白糖	2.5	上白糖	2.5
	焼きちくわ【大豆】	10	にんじん	8	上白糖	1.3	たまねぎ	10	たまねぎ	10	たまねぎ	10	たまねぎ	10	たまねぎ	10	たまねぎ	10	たまねぎ	10	たまねぎ	10
	濃口しょうゆ【小麦大豆】	2.3	キャベツ	25	米酢	1.2	にんじん	8	干ししいたけ	0.5	豚もも肉【豚肉】	15	豚もも肉【豚肉】	15	豚もも肉【豚肉】	15	豚もも肉【豚肉】	15	豚もも肉【豚肉】	15	豚もも肉【豚肉】	15
	さやいんげん	5	鶏だしの素【鶏肉】	0.3	混合だしパッ【さば】	2	干ししいたけ	0.5	豚もも肉【豚肉】	15	豚もも肉【豚肉】	15	豚もも肉【豚肉】	15	豚もも肉【豚肉】	15	豚もも肉【豚肉】	15	豚もも肉【豚肉】	15	豚もも肉【豚肉】	15
混合だしパッ【さば】	3	有塩コンソメ	1.2	混合だしパッ【さば】	2	干ししいたけ	0.5	豚もも肉【豚肉】	15	豚もも肉【豚肉】	15	豚もも肉【豚肉】	15	豚もも肉【豚肉】	15	豚もも肉【豚肉】	15	豚もも肉【豚肉】	15	豚もも肉【豚肉】	15	
たまねぎ	15	アボカドマヨネーズ【小麦】	5	鶏むね肉【鶏肉】	10	糸かまぼこ	8	ごぼう	10	ごぼう	10	ごぼう	10	ごぼう	10	ごぼう	10	ごぼう	10	ごぼう	10	
油揚げ【大豆】	4	食塩	0.1	たまねぎ	10	トックもち	15	だいこん	25	だいこん	25	だいこん	25	だいこん	25	だいこん	25	だいこん	25	だいこん	25	
キャベツ	30	白こしょう	0.01	だいこん	20	中華だし【大豆小麦鶏ごま】	1.5	にんじん	10	にんじん	10	にんじん	10	にんじん	10	にんじん	10	にんじん	10	にんじん	10	
合わせみそ【大豆】	8	薄口しょうゆ【小麦大豆】	1	にんじん	20	食塩	0.12	油揚げ【大豆】	3	油揚げ【大豆】	3	油揚げ【大豆】	3	油揚げ【大豆】	3	油揚げ【大豆】	3	油揚げ【大豆】	3	油揚げ【大豆】	3	
カットわかめ(乾)	0.2	ぶなしめじ	8	油揚げ【大豆】	3	白こしょう	0.01	豆みそ【大豆】	8	豆みそ【大豆】	8	豆みそ【大豆】	8	豆みそ【大豆】	8	豆みそ【大豆】	8	豆みそ【大豆】	8	豆みそ【大豆】	8	
ねぎ	7	油揚げ【大豆】	3	じゃがいもでん粉	1	薄口しょうゆ【小麦大豆】	4	ねぎ	5	ねぎ	5	ねぎ	5	ねぎ	5	ねぎ	5	ねぎ	5	ねぎ	5	
ヨーグルト【乳】	50	ねぎ	5	ねぎ	5	ねぎ	5	ねぎ	5	ねぎ	5	ねぎ	5	ねぎ	5	ねぎ	5	ねぎ	5	ねぎ	5	
小中	エ	634 kcal	2.6 g	642 kcal	3.3 g	662 kcal	2.8 g	607 kcal	3.0 g	635 kcal	2.0 g	630 kcal	1.9 g	608 kcal	3.0 g	603 kcal	2.2 g	602 kcal	2.8 g	608 kcal	2.6 g	
エ	746 kcal	3.1 g	783 kcal	3.9 g	766 kcal	3.3 g	702 kcal	3.5 g	735 kcal	2.3 g	746 kcal	2.2 g	752 kcal	2.7 g	696 kcal	2.5 g	686 kcal	3.2 g	703 kcal	3.0 g		

この食材表は、アレルギーや病気などで、食べてはいけない食品があるとき、あるいは朝・夕の食事と重ならないようにするときなどにご利用ください。

※献立は、気候・学校行事等により、やむを得ず変更することがございます。

※1食当たりのエネルギー、塩分量を記載しております。小学校のエネルギー、塩分量は、小学校中学年を基準にしたものです。

※アレルギー物資については、食品表示基準に基づき、28品目のみを記載しています。

特定原材料:えび・かに・くるみ・小麦・そば・卵・乳・落花生(ピーナッツ)

特定原材料に準ずるもの：アーモンド・あわび・いか・いくら・オレンジ・カシューナッツ・キウイフルーツ・牛肉・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・マカダミアナッツ・もも・やまいも・りんご・ゼラチン

※加工食品の原材料詳細表は各学校にお知らせしています。必要な方は、学校にお問い合わせください。またその他のお問い合わせ等は、学校を通じて、給食センターまでご連絡ください。

※給食センターで揚げ物用に使用している大豆油は、数回繰り返し使用しています。

※丸ごと食べる魚(ししゃも、きびなご、わかさぎ、いわし等)については、魚卵を含んでいることがあります。

※サラダは、1食用ドレッシングを別付けするものと調理工程でドレッシングで調味して配食するものがあります。1食用のドレッシングを別付けする場合は、給食だより(表面)の献立名、イラストで記載します。

ほかの個包装食品（ジャム、ノンエッグマヨネーズ、タルタルソース、ふりかけ等）も同じく献立名、イラスト

輪之内町教育委員会(給食センター)のホームページでも給食だよりをご覧ください。

アクセスは

