



がっこうきゅうしょくよていこんだてひょう 学校給食予定献立表

令和6年度5月

牧之原市
学校給食センター

日	こんだて	使われている主な材料とはたらき				エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 食塩(g)	お知らせ 欠食
		赤	緑	黄	調味料等		
		おもに体を作るもと	おもに体の調子を整えるもと	おもにエネルギーのもと			
1 水	食パン いちごジャム		<u>いちご</u>	<u>パン</u> みずあめ さとう		(小) 611	菅小
	新じゃがと空豆のグラタン	ぎゅうにゅう とりにく チーズ	<u>たまねぎ</u> そらまめ	じゃがいも あぶら	ホワイトソース ワイン 塩 こしょう	24.3 2.9	
	コールスローサラダ		<u>キャベツ</u> きゅうり とうもろこし		コールスロードレッシング	(中) 822	
	ラビオリスープ	とりにく ぶたにく	<u>チンゲンサイ</u> しめじ <u>こまつな</u> にんじん <u>ねぎ</u> たまねぎ	こむぎこ パンこ さとう	スープストック 塩 コンソメ しょうゆ こしょう	31.5 3.7	
2 木	新茶ごはん		<u>ちや</u>	<u>こめ</u>	酒 塩	(小) 736	端午の 節句にちな んだ献立 
	鶏肉のから揚げ	とりにく	にんにく しょうが	でんぷん こむぎこ あぶら	酒 しょうゆ 塩こうじ 塩	28.5 1.8	
	磯香あえ	のり	<u>もやし</u> <u>こまつな</u> にんじん		しょうゆ みりん 和風だし	(中) 920	
	たけのこのみそ汁	とうふ みそ <u>あぶらあげ</u>	たけのこ <u>たまねぎ</u> にんじん <u>ねぎ</u>		<u>かつお節</u> <u>さば節</u>	36.2	
かしわもち	かんてん		あずき さとう こめこ あぶら でんぷん	塩	2.2	八十八夜  減塩献立	
7 火	わかめごはん	わかめ		<u>こめ</u> むぎ さとう	塩	(小) 605	
	ししゃもの南蛮漬け	ししゃも	<u>ねぎ</u> しょうが	でんぷん さとう あぶら	しょうゆ 酢 トウバンジャン	21.7 2.8	
	ごまあえ		<u>もやし</u> ほうれんそう にんじん	ごま さとう	しょうゆ	(中) 775	
	根菜の煮物	とりにく こおりどうふ	こんにやく ごぼう たけのこ にんじん さやいんげん しいたけ しょうが	さといも さとう あぶら	しょうゆ みりん 酒 和風だし	27.1 3.6	
8 水	うどん			<u>うどん</u>		(小) 634	
	山菜うどんのつゆ	とりにく かまぼこ <u>あぶらあげ</u>	なめこ にんじん <u>ねぎ</u> わらび みずな えのき やまうど たけのこ しいたけ	でんぷん	しょうゆ みりん 酒 塩 <u>かつお節</u>	25.8 2.7	
	新茶のかき揚げ	<u>しらすぼし</u>	<u>たまねぎ</u> ごぼう にんじん <u>ちや</u>	あぶら こむぎこ でんぷん こめこ	酢	(中) 787	
	たけのこサラダ		たけのこ <u>キャベツ</u> きゅうり とうもろこし	さとう	和風ドレッシング しょうゆ 塩	31.9 3.6	
みかんゼリー		<u>みかん</u>	みずあめ さとう				
9 木	グリーンピースごはん		グリーンピース	<u>こめ</u>	酒 塩	(小) 631	減塩献立 
	さばのカレー焼き	さば			みりん しょうゆ 酒 カレーこ	25.4 1.8	
	じゃがいもの土佐煮	<u>かつおぶし</u>		<u>じゃがいも</u> さとう あぶら	しょうゆ みりん 和風だし	(中) 803	
	小松菜のみそ汁	とうふ みそ <u>あぶらあげ</u>	<u>たまねぎ</u> <u>こまつな</u> にんじん <u>ねぎ</u>		<u>かつお節</u> <u>さば節</u>	31.6 2.2	

※献立内容は、都合により変更になる場合があります。

※太字は、静岡県産(牧之原市産含む)の食品です。





がっこうきゅうしょくよていこんだてひょう 学校給食予定献立表

令和6年度5月
牧之原市
学校給食センター

日	こんだて	使われている主な材料とはたらき				エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 食塩(g)	お知らせ 欠食
		赤	緑	黄	調味料等		
		おもに体を作るもと	おもに体の調子を整えるもと	おもにエネルギーのもと			
10 金	むぎ 麦ごはん			<u>こめ</u> むぎ		(小) 649	ワールド ランチ 【韓国】
	ヤンニョムチキン	とりにく	にんにく	でんぷん あぶら さとう	ケチャップ 酒 みりん しょうゆ コチュジャン	23.3	
	チヨレギサラダ	のり	キャベツ きゅうり にんじん にんにく	ごまあぶら ごま	しょうゆ 塩	2.1 (中) 819	
	わかめスープ	とうふ かまぼこ わかめ	<u>たまねぎ</u> <u>チンゲンサイ</u> にんじん <u>ねぎ</u>	ごまあぶら	ガラスープ 中華だし しょうゆ オイスターソース 塩 こしょう	28.3 2.5	
13 月	むぎ 麦ごはん			<u>こめ</u> むぎ		(小) 643	ふるさと 給食 減塩献立
	かつおフライ	<u>かつお</u>		パンこ こむぎこ でんぷん あぶら	塩 こしょう	29.3	
	小松菜ともやしの和え物	のり	<u>もやし</u> <u>こまつな</u> にんじん	さとう ごまあぶら	しょうゆ 酢	1.9 (中) 816	
	とんじる 豚汁	<u>ぶたにく</u> とうふ みそ <u>あぶらあげ</u>	<u>たまねぎ</u> こんにやく にんじん ごぼう ねぎ	<u>じゃがいも</u>	<u>かつお節</u> <u>さば節</u>	36.1	
	ミニトマト		ミニトマト			2.3	
14 火	むぎ 麦ごはん			<u>こめ</u> むぎ		(小) 666	相中 減塩献立
	とりにく 鶏肉のみそマヨネーズ焼き	とりにく みそ チーズ	パセリ	ノンエッグマヨネーズ パンこ	酒	28.1	
	大豆とひじきの煮物	だいず ひじき	にんじん さやいんげん	あぶら さとう	しょうゆ	1.9 (中) 802	
	さわにわん 沢煮椀	とうふ <u>ぶたにく</u>	ごぼう にんじん たけのこ えのき ねぎ		しょうゆ 酒 塩 <u>かつお節</u> こんぶ	32.1	
	ぎゅうにゅう フルーツ牛乳かん	<u>ぎゅうにゅう</u> アガー	パイナップル	さとう		2.4	
15 水	バーガーパン			<u>パン</u>		(小) 652	相中
	てづく 手作りハンバーグ	とりにく <u>ぶたにく</u> とうふ <u>ぎゅうにゅう</u>	<u>たまねぎ</u>	パンこ さとう	ケチャップ ソース ワイン 塩 こしょう ナツメグ	28.8	
	アスパラソテー	ウインナー	<u>キャベツ</u> アスパラガス にんじん	あぶら	コンソメ 塩 こしょう	2.7 (中) 835	
	とうにゅう 豆乳入り コーンポタージュ	<u>ぎゅうにゅう</u> とうにゅう	とうもろこし <u>たまねぎ</u> にんじん パセリ	バター	ベシヤメルソース ガラスープ スープストック 塩 こしょう	35.2	
	セミノール		セミノール			3.7	
16 木	むぎ 麦ごはん			<u>こめ</u> むぎ		(小) 647	相中
	ちくわのいそべ揚げ	ちくわ あおさ		こむぎこ <u>こめこ</u> でんぷん あぶら		26.9	
	きゅうりと大根のひたひた	<u>かつおぶし</u>	<u>だいこん</u> きゅうり	さとう ごまあぶら	しょうゆ 酢 唐辛子	2.3 (中) 818	
	高野豆腐のたまごとし	たまご とりにく こおりとうふ	<u>たまねぎ</u> にんじん たけのこ しいたけ	<u>じゃがいも</u> さとう あぶら	しょうゆ 酒 和風だし	33.6 2.9	

※材料は主原料のみ記載しています。

食物アレルギー等で詳細を知りたい方は、給食センター(52-3184)まで御連絡ください。





がっこうきゅうしょくよていこんだてひょう 学校給食予定献立表

令和6年度5月
牧之原市
学校給食センター

日	こんだて	使われている主な材料とはたらき				エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 食塩(g)	お知らせ 欠食
		赤	緑	黄	調味料等		
		おもに体を作るもと	おもに体の調子を整えるもと	おもにエネルギーのもと			
17 金	むぎ 麦ごはん			こめ むぎ		(小) 653	相中
	みそポテト	みそ	えだまめ	じゃがいも あぶら さとう でんぷん	みりん	24.4	
	ちゅうか 中華サラダ		もやし ほうれんそう にんじん	さとう ごま ごまあぶら	しょうゆ 酢 塩	2.1	
	八宝菜	ぶたにく いか えび	キャベツ たまねぎ たけのこ にんじん チンゲンサイ	でんぷん あぶら	しょうゆ 酒 中華だし 塩	(中) 814 29.0	
	カラマンダリン		カラマンダリン			2.6	
20 月	せわ 背割りパン			パン		(小) 630	
	ソーセージのケチャップかけ	ソーセージ		さとう	ケチャップ ソース ワイン	27.2	
	やさい 野菜のカレーソテー	ベーコン	もやし キャベツ にんじん	あぶら	コンソメ 塩 カレーこ こしょう	2.9	
	にくだんご やさい 肉団子と野菜のスープ煮	とりにく ぶたにく	たまねぎ にんじん チンゲンサイ しめじ ブルーネ しょうが	じゃがいも パンこ でんぷん あぶら	ガラスープ ワイン スープストックコンソメ 塩 こしょう かつおだし	(中) 806 33.8	
	ニューサマーオレンジ		ニューサマーオレンジ			3.8	
21 火	むぎ 麦ごはん			こめ むぎ		(小) 640	
	あじのこうじづけ焼き	あじ		さとう	塩こうじ みりん	27.9	
	たくあんあえ	こんぶ	キャベツ たくあん きゅうり	ごま ごまあぶら	塩	(中) 797	
	じゃがいものそぼろ煮	ぶたにく	たまねぎ こんにやく にんじん えだまめ	じゃがいも さとう あぶら	しょうゆ みりん 酒	34.0 2.3	
22 水	ソフトめん			ソフトめん		(小) 631	
	ミートソース	ぶたにく チーズ	たまねぎ にんじん マッシュルーム トマト にんにく	あぶら さとう	ケチャップ ハヤシルウ ソース ワイン 塩 スープストック こしょう	27.7 2.7	
	オムレツ	たまご		さとう こむぎこ あぶら	酢 塩 しょうゆ かつおだし	(中) 791	
	カラフルサラダ		キャベツ きゅうり パプリカ		イタリアンドレッシング	34.8 3.3	
23 木	むぎ 麦ごはん			こめ むぎ		(小) 622	減塩献立
	鶏肉とレバーののりだれ	とりにく とりレバー のり	ねぎ しょうが	あぶら でんぷん さとう	しょうゆ 酒 みりん	28.4 1.9	
	おかかあえ	かつおぶし	こまつな もやし にんじん	さとう	しょうゆ みりん 塩	(中) 778	
だいこん 大根のみそ汁	とうふ わかめ みそ あぶらあげ	だいこん たまねぎ えのき はねぎ		かつお節 さば節	34.4 2.4		

※献立内容は、都合により変更になる場合があります。

※太字は、静岡県産(牧之原市産含む)の食品です。

※材料は主原料のみ記載しています。

食物アレルギー等で詳細を知りたい方は、給食センター(52-3184)まで御連絡ください。





がっこうきゅうしょくよていこんだてひょう 学校給食予定献立表

令和6年度5月

牧之原市
学校給食センター

日	こんだて	使われている主な材料とはたらき				エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 食塩(g)	お知らせ 欠食
		赤	緑	黄	調味料等		
		おもに体を作るもと	おもに体の調子を整えるもと	おもにエネルギーのもと			
24 金	むぎ 麦ごはん			こめ むぎ		(小)	
	しゅうまい	ぶたにく	たまねぎ しょうが	パンこ でんぷん さとう こむぎこ	塩	639	
	はるさめ 春雨サラダ		もやし きゅうり にんじん	はるさめ ごま さとう ごまあぶら	しょうゆ 酢	26.0	
	とうふ 豆腐の中華煮	とうふ ぶたにく	キャベツ チンゲンサイ たまねぎ にんじん たけのこ しいたけ しょうが にんにく	でんぷん あぶら さとう	ガラスープ しょうゆ 酒 オイスターソース 中華だし 塩 こしょう トウバンジャン	(中) 809	
	ジュースフルーツ		ジュースフルーツ			31.6	
27 月	むぎ 麦ごはん			こめ むぎ		(小)	普小
	いかのかりん揚げ	いか	しょうが	じゃがいも あぶら でんぷん さとう くろざとう ごま	みりん しょうゆ 酒	655	相小・ すこやか 6年生 減塩献立
	きりぼし だいこん 切干大根の煮物	さつまあげ	きりぼしだいこん にんじん さやいんげん	あぶら さとう	しょうゆ 酒 みりん	27.2	
	豆腐とわかめのみそ汁	とうふ わかめ みそ あぶらあげ	たまねぎ しめじ ねぎ		かつお節 さば節	1.8	
					(中) 820		
28 火	むぎ 麦ごはん			こめ むぎ		(小)	
	ぶた 豚キムチ	ぶたにく みそ	たまねぎ キムチ ねぎ	さとう ごまあぶら	酒 しょうゆ みりん 中華だし オイスターソース	604	
	ナムル		もやし ほうれんそう にんじん	ごま ごまあぶら	しょうゆ	24.5	
	ワンタンスープ	とりにく ぶたにく	キャベツ チンゲンサイ にんじん こまつな しょうが ねぎ	こむぎこ あぶら でんぷん さとう ごまあぶら	ガラスープ 塩 しょうゆ こしょう 酒 中華だし	2.7	
	オレンジ		オレンジ			(中) 758	
29 水	ロールパン			パン		(小)	
	コロッケ		にんじん かぼちゃ たまねぎ えだまめ	じゃがいも こむぎこ あぶら さとう パンこ でんぷん	塩	623	
	やさい ツナと野菜のソテー	ツナ	キャベツ にんじん チンゲンサイ ピーマン	あぶら	コンソメ 塩 こしょう	24.1	
	ポークビーンズ	ぶたにく チーズ	たまねぎ にんじん トマト	じゃがいも あぶら いんげんまめ さとう	ケチャップ ソース ワイン スープストック 塩 こしょう	2.5	
30 木	かつおめし	かつお	しょうが	こめ さとう ごまあぶら	しょうゆ 酒 みりん	(中) 832	
	揚げぎょうざ	とりにく ぶたにく だいたず	キャベツ たまねぎ にんにく しょうが	こむぎこ あぶら でんぷん さとう	しょうゆ 塩	30.7	
	ごぼうサラダ		ごぼう にんじん きゅうり	さとう ごま	ごまドレッシング みりん しょうゆ	3.3	
	厚揚げのみそ汁	あつあげ みそ	たまねぎ チンゲンサイ にんじん ねぎ えのき		かつお節 さば節	(小) 680	
	ヨーグルト	ヨーグルト				28.4	
31 金	むぎ 麦ごはん			こめ むぎ		(小)	
	ポークカレー	ぶたにく チーズ	たまねぎ にんじん トマト りんご セロリ しょうが にんにく	じゃがいも あぶら さとう	カレールウ ケチャップ ワイン ソース チャツネ スープストック カレー 塩 こしょう	691	
	だいたず 大豆としらすの揚げ煮	だいたず しらすぼし		でんぷん あぶら ごま さとう	しょうゆ	26.1	
	海藻サラダ	かいそう	キャベツ きゅうり		青じそドレッシング	2.5	