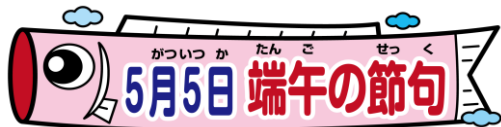




# がっこうきゅうしょくよていこんだてひょう 学校給食予定献立表

令和8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 おもに体を作るもと	緑 おもに体の調子を 整えるもと	黄 おもにエネルギー のもと	調味料等		
1 金	お茶ごはん		ちや	こめ むぎ	酒 塩	(小) 676	<b>菅小</b> 端午の節句にちなんだ献立   <b>減塩献立</b>
	鰹と大豆のごまみそあえ	かつお だいず みそ	しょうが	あぶら さとう でんぷん ごま	みりん	29.8	
	たくあんあえ		キャベツ たくあん きゅうり	ごまあぶら		1.7	
	わかたけじる 若竹汁	とうふ かまぼこ わかめ	たけのこ たまねぎ えのき ねぎ		しょうゆ 酒 塩 みりん <b>かつお節</b> こんぶ	(中) 800	
	かしわもち	かんてん		あずき こめこ さとう でんぷん あぶら	塩	34.5 2.2	



端午の節句は、男の子の健やかな成長と幸せを願う年中行事です。五月人形やこいのぼりを飾り、ちまきやかしわもちなどを食べてお祝いする風習があります。



別名「菖蒲の節句」ともいい、菖蒲を浮かべたお風呂につかり、厄を払う風習もあります。

## ちまき



もち米やだんごをササの葉などで包み、ゆでたり蒸したりしたもの。中国から伝わった行事に由来し、地域によって味や形はさまざまです。もともとは子ガヤの葉が使われたことから「ちまき」と呼ばれます

## かしわもち



あん入りのもちをかしの葉でくるんだもの。かしわは、新しい芽が出るまで古い葉が木に残っていることから、家が途絶えずに代々栄えていくようにとの願いがこめられています。

7 木	むぎ 麦ごはん			こめ むぎ		(小) 602	 <b>減塩献立</b>
	ぶたにく しょうが や 豚肉の生姜焼き	ぶたにく	たまねぎ しょうが にんにく	さとう あぶら でんぷん	しょうゆ 酒	25.3 1.9	
	マカロニサラダ		キャベツ きゅうり にんじん	マカロニ 卵 マヨネーズ	塩 こしょう	(中) 749	
	ちゅうか 中華スープ	とりにく わかめ	メンゲンサイ たまねぎ にんじん たけのこ ねぎ しいたけ		ガラスープ 中華だし オイスターソース 酒 塩 しょうゆ こしょう フィッシュカルシウム	30.2 2.0	
8 金	たけのこごはん	あぶらあげ	たけのこ にんじん	こめ むぎ さとう	しょうゆ 酒 塩	(小) 592	
	鶏肉の塩こうじ焼き	とりにく			塩こうじ	24.9	
	ひじきサラダ	ひじき	キャベツ にんじん とうもろこし	ごま さとう	ごまドレッシング しょうゆ みりん	2.5	
	じゃがいものみそ汁	とうふ みそ	たまねぎ <b>だいこん</b> えのき ねぎ	<b>じゃがいも</b>	みりん <b>かつお節</b> <b>さば節</b>	(中) 830	
	カラマンダリンオレンジ		カラマンダリンオレンジ			38.0 3.3	
11 月	むぎ 麦ごはん			こめ むぎ		(小) 621	
	ししやもの南蛮漬	ししやも	ねぎ しょうが	あぶら でんぷん さとう	しょうゆ 酢 トウバンジャン	22.5 2.2	
	そくせきづ 即席漬	こんぶ	キャベツ きゅうり にんじん	さとう	塩 しょうゆ	(中) 805	
	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	<b>じゃがいも</b> さとう あぶら	しょうゆ みりん 酒 フィッシュカルシウム	29.1 2.8	





# 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8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			
12 火	むぎ 麦ごはん			こめ むぎ		(小) 678	
	 ポークカレー	ぶたにく チーズ	たまねぎ <b>にんじん</b> トマト りんご セロリー 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 チャツネソース ワイン スープストック 塩 カレーこ こしょう フィッシュカルシウム	24.4 2.2	
	だいず 大豆としらすの揚げ煮	だいず <b>しらすぼし</b>		あぶら さとう でんぷん	しょうゆ	(中) 823 28.9	
	カラフルサラダ		<b>キャベツ</b> きゅうり とうもろこし パプリカ		イタリアンドレッシング	2.7	
13 水	しよく 食パン			パン		(小) 595	
	てづくりいちごジャム		いちご レモン	さとう		23.0 2.3	
	やさい 野菜コロッケ		にんじん かぼちゃ たまねぎ えだまめ	じゃがいも パンこ こむぎこ あぶら さとう でんぷん	塩	(中) 801 29.1 3.1	
	ウイナーと キャベツのスパゲッティ	ウイナー	<b>キャベツ</b> たまねぎ エリンギ <b>にんじん</b> にんにく	スパゲッティ あぶら	コンソメ 塩 こしょう		
	チンゲン菜とたまごのスープ	たまご <b>とりにく</b>	<b>チンゲンサイ</b> たまねぎ <b>にんじん</b> えのき	でんぷん オリーブオイル	ガラスープ コンソメ スープストック 塩 こしょう		
14 木	グリーンピースご飯		グリーンピース	こめ	酒 塩	(小) 593	
	て <b>や</b> 照り焼きハンバーグ	とりにく ぶたにく	たまねぎ トマト にんにく しょうが	さとう でんぷん	塩 しょうゆ みりん	24.7 2.3	
	もやしと小松菜のあえもの	のり	<b>もやし こまつな</b> <b>にんじん</b>	さとう ごまあぶら	しょうゆ 酢	(中) 766	
	じゃがいも団子のみそ汁	<b>とりにく</b> みそ <b>あぶらあげ</b>	たまねぎ にんじん えのき ねぎ	じゃがいも でんぷん	塩 みりん <b>かつお節 さば節</b>	31.5 2.9	
15 金	むぎ 麦ごはん			こめ むぎ		(小) 614	
	 とりにく 鶏肉とレバーの ヤンニョムソースあえ	<b>とりにく</b> とりレバー	にんにく	でんぷん あぶら さとう	ケチャップ みりん 酒 コチュジャン しょうゆ	25.0 2.0	
	かいそう 海藻サラダ	かいそう	<b>キャベツ</b> きゅうり		パンパンジードレッシング	(中) 752	
	ワンタンスープ	<b>ぶたにく</b>	たまねぎ <b>チンゲンサイ</b> <b>にんじん</b> えのき ねぎ しょうが	こむぎこ あぶら	ガラスープ 中華だし しょうゆ 酒 塩 こしょう	29.7 2.3	
	セミノール		セミノール				

※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8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			
18 月	げんまい い せわ 玄米入り背割りパン			パン げんまい		(小) 617	
	トマトポークチャップ	ぶたにく	たまねぎ トマト エリンギ ピーマン にんにく	でんぷん あぶら 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 パプリカ	27.1 2.4	
	フレンチサラダ		キャベツ きゅうり とうもろこし にんじん	オリーブオイル さとう	酢 塩 こしょう	(中) 810	
	やさい 野菜のスープ煮	とりにく ウイナー	たまねぎ だいこん にんじん 人参サイ	じゃがいも 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	34.1 3.4	
	ニューサマーオレンジ		ニューサマーオレンジ				
19 火	わかめごはん	わかめ		こめ むぎ さとう	塩	(小) 607	
	とうふ 豆腐ステーキそぼろあん	とうにゆう ぶたにく	しょうが	さとう でんぷん あぶら	しょうゆ	23.2 2.0	
	ポテトサラダ		きゅうり にんじん	じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	塩 こしょう	(中) 752	
	とんじる 豚汁	とうふ ぶたにく みそ あぶらあげ	たまねぎ こんにやく にんじん ごぼう ねぎ		みりん かつお節 さば節	27.7 2.8	
20 水	うどん			うどん		(小) 609	相中
	ごもく 五目うどんつゆ	ぶたにく かまぼこ あぶらあげ	たまねぎ にんじん ねぎ しいたけ	でんぷん	しょうゆ 酒 みりん 塩 フィッシュカルシウム かつお節 さば節	28.8 2.4	
	さくらえび い 桜エビ入りかみかみかき揚げ	さくらえび ちくわ	たまねぎ ごぼう にんじん ねぎ	こむぎこ あぶら でんぷん	酢	(中) 759	
	だいこん 大根ときゅうりのひたひた	かつおぶし	だいこん きゅうり	さとう ごまあぶら	しょうゆ 酢 とうがらし	34.4 3.0	
	ヨーグルト	ヨーグルト					
21 木	むぎ 麦ごはん			こめ むぎ		(小) 660	相中
	かつおフライ	かつお		パンこ あぶら こむぎこ でんぷん	塩 こしょう	31.8 1.9	
	あか 赤じそあえ		キャベツ きゅうり あかじそ	ごま さとう	塩 梅酢	(中) 704	
	こやどうふ 高野豆腐のたまごとじ	たまご とりにく こおりどうふ	たまねぎ にんじん たけのこ しいたけ さやいんげん	じゃがいも さとう あぶら	しょうゆ 酒 和風だし	27.1 1.7	
22 金	むぎ 麦ごはん			こめ むぎ		(小) 610	ワールド ランチ 【韓国】
	ビビンバの具	ぶたにく	たまねぎ にんにく しょうが	さとう あぶら	しょうゆ 酒 みりん トウバンジャン	25.9	
	ナムル		ほうれんそう もやし にんじん	ごま ごまあぶら	しょうゆ	1.9	
	キムチスープ	とうふ とりにく みそ	だいこん キムチ なら ねぎ しょうが にんにく	しらたまだんご ごまあぶら	ガラスープ しょうゆ オイスターソース 酒 中華だし 塩 フィッシュカルシウム	(中) 751 31.4	
	オレンジ		オレンジ			2.8	





# 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8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			
25 月	むぎ 麦ごはん			こめ むぎ		(小) 653	菅小 相中
	はしょうが 葉生姜しゅうまい	ぶたにく	たまねぎ <b>はしょうが</b> しょうが	こむぎこ でんぷん さとう	しょうゆ 塩	26.0 1.6	
	ちゅうか 中華サラダ		<b>キャベツ</b> ほうれんそう とうもろこし <b>にんじん</b>	さとう ごま ごまあぶら	しょうゆ 酢 塩	(中)	減塩 減塩献立
	まいぼーどうふ 麻婆豆腐	とうふ <b>ぶたにく</b> みそ	たまねぎ <b>にんじん</b> ねぎ たけのこ にら しょうが にんにく しいたけ	でんぷん さとう ごまあぶら	しょうゆ 中華だし オイスターソース 酒 トウバンジャン フィッシュカルシウム	827 31.3 1.9	
26 火	むぎ 麦ごはん			こめ むぎ		(小) 625	減塩 減塩献立
	さわらのカップ焼き	さわら チーズ	たまねぎ えのき パセリ	ノンエッグマヨネーズ*		28.8 1.7	
	アーモンドあえ		<b>キャベツ</b> <b>もやし</b> <b>にんじん</b>	アーモンド さとう	しょうゆ	(中)	
	かきたま汁	たまご とうふ	たまねぎ <b>こまつな</b> <b>にんじん</b> しいたけ ねぎ	でんぷん	しょうゆ 塩 みりん <b>かつお節</b> こんぶ	772 35.2	
	ジュシーフルーツ		ジュシーフルーツ			1.9	
27 水	マーガリンパン			パン マーガリン		(小) 673	減塩 減塩献立
	しん 新じゃがとそら豆のグラタン	<b>ぎゅうにゅう</b> とりにく チーズ	たまねぎ そらまめ エリンギ	<b>じゃがいも</b> あぶら	ホワイトソース ワイン 塩 こしょう	27.0 3.0	
	スパゲッティサラダ		<b>キャベツ</b> きゅうり <b>にんじん</b>	スパゲッティ	塩 こしょう コールスロートレッシング*	(中) 902	
	やさい <b>にくだんご</b> 野菜と肉団子のスープ	とりにく ぶたにく	たまねぎ <b>チンゲンサイ</b> <b>にんじん</b> <b>こまつな</b> しめじ プルーン しょうが	パンこ でんぷん あぶら	ガラスープ スープストック コンソメ しょうゆ 塩 こしょう かつおだし	33.9 4.0	
28 木	むぎ 麦ごはん			こめ むぎ		(小) 607	ふるさと 給食 減塩 減塩献立
	くろ 黒はんぺんのお茶フライ	<b>くろはんぺん</b>	<b>ちや</b>	パンこ あぶら こむぎこ こめこ		24.8 1.9	
	ちくぜんに 筑前煮	<b>とりにく</b> さつまあげ	たけのこ こんにやく <b>にんじん</b> ごぼう さやいんげん	さとう あぶら	しょうゆ みりん 酒 和風だし	(中) 771	
	小松菜のみそ汁	<b>あぶらあげ</b> みそ	<b>こまつな</b> たまねぎ ねぎ えのき	<b>じゃがいも</b>	みりん <b>かつお節</b> <b>さば節</b>	31.1	
	ミニトマト		<b>ミニトマト</b>			2.8	
29 金	むぎ 麦ごはん			こめ むぎ		(小) 624	減塩 減塩献立
	みそポテト	みそ	えだまめ	<b>じゃがいも</b> あぶら でんぷん さとう	みりん	21.3 1.7	
	ちゅうか もやしの中華あえ		<b>もやし</b> きゅうり <b>にんじん</b>	さとう ごま ごまあぶら	しょうゆ 酢 塩 唐辛子	(中)	
	あつあ <b>ちゅうかに</b> 厚揚げの中華煮	あつあげ <b>ぶたにく</b>	<b>キャベツ</b> <b>チンゲンサイ</b> たけのこ たまねぎ <b>にんじん</b> とうもろこし しいたけ しょうが にんにく	でんぷん さとう あぶら	しょうゆ 中華だし オイスターソース 酒 塩 こしょう フィッシュカルシウム	765 24.6 1.9	

※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。

※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。

