令和７年度

給食回数20回

５月　献　立　表

佐野市立南部学校給食センター

日	曜	献立名		主な材料 体をつくるもとになる 魚・肉・卵 豆・豆製品（主にたんぱく質）	牛乳・小魚 海藻（主にカルシウム）	体の調子を整えるもとになる 緑黄色野菜（主にカロテン）	その他の野菜・果物（主にビタミンC）	エネルギーのもとになる 穀類・いも類 砂糖（主に炭水化物）	油脂（主に脂肪）	中学校 エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g
										830	33.0	23.0
1	木	たけのこごはん　あじの一夜干し焼き 昆布の五目豆　かきたま汁 こどもの日ゼリー （りんごとレモンと豆乳とサイダーのゼリー）	牛乳	とり肉　油揚げ あじ　豚肉 大豆　ちくわ 卵　豆乳	牛乳 昆布	にんじん ほうれんそう	たけのこ　ねぎ たまねぎ　りんご果汁 レモン果汁	ごはん さとう でん粉	油	827	36.8	20.5
2	金	ミニココアロールパン　みそラーメン 揚げぎょうざ（２個）　チョレギサラダ (中)チーズ	牛乳	豚肉　とり肉	牛乳 のり (中)チーズ	にんじん	もやし　ねぎ　キャベツ とうもろこし　にら たまねぎ　きゅうり	パン　ココア ちゃんぽんめん 小麦粉	油 ドレッシング ごま	859	30.6	36.6
5	月	こどもの日										
6	火	振替休日										
7	水	スライスコッペパン　スラッピージョー 春雨スープ カラフルポンチ	牛乳	豚肉 ベーコン	牛乳	にんじん チンゲンサイ	たまねぎ りんご果汁　いちご果汁 みかん缶　パイン缶	パン さとう はるさめ	油	761	28.3	22.6
8	木	もち麦ごはん　ポークカレー シーザーサラダ 豆乳パンナコッタ（はちみつレモンソース）	牛乳	豚肉 ハム 豆乳	牛乳	にんじん	たまねぎ　きゅうり キャベツ　とうもろこし レモン果汁	大麦　ごはん じゃがいも はちみつ	油 ドレッシング	838	22.8	22.3
9	金	ミニ米粉パン　きつねうどん 野菜かき揚げ キャベツのごまあえ	牛乳	とり肉 油揚げ なると	牛乳	にんじん しゅんぎく	ねぎ　たまねぎ ごぼう　キャベツ もやし	米粉　パン うどん　小麦粉 さとう	油 ごま	826	31.2	34.2
12	月	ごはん　さばのみそ煮 小松菜のおひたし けんちん汁	牛乳	さば とり肉 豆腐	牛乳	こまつな にんじん	もやし　だいこん ごぼう　ねぎ	ごはん さといも	油	768	27.4	22.8
13	火	ごはん　メンチカツ（小袋ソース） 切干し大根のスタミナ炒め ほうれん草と卵のスープ	牛乳	豚肉 とり肉 卵　ベーコン	牛乳	にんじん にら ほうれんそう	たまねぎ 切干しだいこん　もやし	ごはん　パン粉 さとう でん粉	油 ごま油	820	27.2	22.7
14	水	ダイスチーズパン　ポークブラウンシチュー ツナと海そうのサラダ アセロラゼリー	牛乳	豚肉 ツナ	牛乳　チーズ 生クリーム わかめ とさかのり	にんじん	たまねぎ　グリンピース きゅうり　キャベツ アセロラ果汁	パン じゃがいも	油 ドレッシング ごま	858	31.4	31.8
15	木	ごはん　和風ハンバーグ 五目きんぴら じゃがいものみそ汁　(中)小魚	牛乳	とり肉 豚肉 さつま揚げ	牛乳 わかめ (中)かたくちいわし	にんじん	たまねぎ　だいこん りんご　レモン果汁 ごぼう	ごはん　さとう でん粉 じゃがいも	油	784	28.6	18.6
16	金	ミニ黒コッペパン　春キャベツのカルボナーラ チキンナゲット（小２個/中３個） グリーンサラダ	牛乳	ベーコン 卵　とり肉	牛乳 チーズ	ブロッコリー アスパラガス	たまねぎ　キャベツ きゅうり	パン スパゲティ 小麦粉	バター ドレッシング	793	30.9	25.6
19	月	ごはん　厚焼き玉子 じゃがいもとひじきの煮もの 大根と豆腐のみそ汁	牛乳	卵　豚肉 豆腐　油揚げ	牛乳　ひじき わかめ	にんじん	だいこん　ねぎ	ごはん じゃがいも さとう	油	778	28.5	19.2
20	火	ごはん　肉野菜炒め ぎょうざスープ オレンジ	牛乳	豚肉 とり肉	牛乳	にんじん にら チンゲンサイ	キャベツ　もやし ねぎ　オレンジ	ごはん 小麦粉	油 ごま	795	27.6	19.2
21	水	スライスコッペパン フランクフルトのケチャップソースかけ イタリアンサラダ　パンプキンポタージュ	牛乳	フランクフルト ハム	牛乳 生クリーム	にんじん かぼちゃ	きゅうり　キャベツ たまねぎ	パン さとう	バター ドレッシング	841	30.1	35.4
22	木	◆日本味めぐり～佐賀県～◆ ごはん　さわらのみそ漬け焼き 小松菜のいそかあえ　だぶ	牛乳	さわら　とり肉 厚揚げ かまぼこ	牛乳 のり	こまつな にんじん	もやし　れんこん ごぼう　しいたけ	ごはん さといも 麸　さとう	油	760	33.0	18.2
23	金	パンプキンコッペパン とり肉のレモンソースかけ ブロッコリーサラダ　ワンタンスープ	牛乳	とり肉 ハム 豚肉	牛乳	かぼちゃ ブロッコリー にんじん こまつな	レモン果汁　カリフラワー とうもろこし　たまねぎ もやし	パン　でん粉 さとう ワンタン	油 ごま ドレッシング	837	38.6	30.6
26	月	ごはん　具だくさんマーボー豆腐 ポークしゅうまい（２個） きゅうりともやしのサラダ	牛乳	豆腐 豚肉　とり肉 ハム	牛乳	にんじん	ねぎ　たけのこ しいたけ　たまねぎ もやし　きゅうり	ごはん　さとう でん粉　小麦粉	油 ごま ごま油	831	32.7	24.1
27	火	ごはん　納豆 肉じゃが キャベツの塩昆布あえ	牛乳	納豆 豚肉	牛乳 昆布	にんじん	たまねぎ　グリンピース キャベツ　きゅうり	ごはん じゃがいも さとう	油 ごま油	809	28.7	18.4
28	水	ココア揚げパン（バターコッペパン） スクランブルエッグ　ミネストローネ 県産ヨーグルト	牛乳	卵 ウインナー ベーコン	牛乳 粉チーズ ヨーグルト	ほうれんそう にんじん トマト缶	とうもろこし　たまねぎ キャベツ　しめじ	パン　さとう ココア マカロニ	油 バター	826	28.3	32.6
29	木	ごはん　ハガツオの照焼き キムタクごはんの具 豆腐とわかめのみそ汁	牛乳	ハガツオ 豚肉 豆腐	牛乳 わかめ	にんじん	はくさい　たまねぎ りんご　もやし たくあん　ねぎ	ごはん さとう	油 ごま油	780	35.2	20.8
30	金	バターコッペパン（ココア揚げパン） ポテトのチーズ煮　ミートボールスープ マスカットゼリー	牛乳	ベーコン とり肉 豚肉	牛乳 チーズ	パセリ にんじん こまつな	たまねぎ　キャベツ ぶどう果汁	パン　(ココア) (さとう) じゃがいも	バター (油)	770	26.8	26.3

※献立は都合により変更になることがあります。

※保護者の皆様にご負担いただいている給食費は、すべて食材の購入にあてられています。

※4月分の給食費口座振替日は5月8日です。
　未納とならないよう前日までにご登録の口座へご入金をお願いします。

※食べ物を誤飲しないように、ご家庭でもよく噛んで食べることをご指導ください。
　また、給食で使用している魚は大きな骨は取り除いていますが、小骨が残っている
　こともあります。魚を食べる際には、気をつけて食べるようあわせてご指導ください。

今月の『日本味めぐり』は
5月22日（木）佐賀県です。

◎揚げパン配送校◎

28日(水)	犬伏小　犬伏東小　城東中　西中　北中
30日(金)	佐野小　天明小　植野小　界小　吾妻小　南中