



令和7年5月分 給食献立予定表



瀬戸内市邑久・牛窓学校給食調理場

日付	献立名				主な材料
	主食	主菜(メインのおかず)	副菜(主菜をおぎなう)	その他	
1(木)	こめこ 米粉パン 【小麦・乳・大豆】	ポークビーンズ 【豚肉・大豆・小麦】	ひじきサラダ 【小麦・大豆・ごま】	●いちごジャム	牛乳 大豆 ツナ ぶた肉 ひよこ豆 ひじき にんじん たまねぎ トマト キャベツ えだまめ
2(金)	ちゅうか 中華おこわ 【豚肉・いか・小麦・大豆】	はるま 春巻き 【豚肉・小麦・大豆】	チンゲンサイのスープ 【豚肉・鶏肉・小麦・大豆】		牛乳 ぶた肉 するめ ベーコン とうふ
7(水)	むぎ 麦ごはん	さばのピリ辛焼き 【鯖・小麦・大豆】	いんげんのごまみそあえ 【ごま・小麦・大豆】 だまこ汁【鶏肉・小麦・大豆】		牛乳 みそ さば とり肉 しょうが
8(木)	こめこはいが 米粉胚芽パン 【小麦・乳・大豆】	とりにく 鶏肉のマーマレード焼き 【鶏肉・小麦・大豆】	カレースープ 【豚肉・鶏肉・小麦・大豆】		牛乳 ぶた肉 ぶた肉 しょうが
9(金)	むぎ 麦ごはん	うしまど 牛窓キャベツ炒め 【豚肉・大豆・小麦・ごま】	ばんさんすう 【小麦・大豆】	★パイン ゼリー	牛乳 みそ ぶた肉 厚揚げ しょうが
12(月)	ピース ごはん	しん 新じゃがととり肉の煮物 【鶏肉・大豆・小麦】	てっこつ 鉄骨サラダ 【ごま・小麦・大豆】	もってえ ねんジャーの日	牛乳 ぶた肉 とり肉 厚揚げ 厚揚げ ちりめん
13(火)	こもく 五目ラーメン 【中華めん・小麦】【汁:豚肉・鶏肉・いか・小麦・大豆】	ちゅうか 中華あえ 【小麦・大豆】	わかくさむ 若草蒸しパン 【小麦・乳・大豆】		牛乳 ぶた肉 いか 平天 チーズ
14(水)	むぎ 麦ごはん	とりにく ぶた肉のしょうが炒め 【豚肉・小麦・大豆】	はる 春キャベツのみそ汁 【大豆】		牛乳 ぶた肉 油揚げ みそ しょうが
15(木)	セルフチキンサンド(チキンカツ・ポイルキャベツ・ ●ケチャップ) 【米粉パン:小麦・乳・大豆】【チキンカツ:鶏肉・小麦・大豆】	しろ 白いんげん豆と豆乳のポタージュ 【豚肉・鶏肉・小麦・大豆】	まめ とうにゅう 豆乳のポタージュ		牛乳 ぶた肉 ベーコン 白いんげん豆 豆乳
16(金)	こうこずし 【小麦・大豆・ゼラチン・ごま】	さわらの香味焼き 【小麦・大豆】	ふるさと の味給食の日 わかたけじる 若竹汁【小麦・大豆】	かしわもち 【小麦・大豆】	牛乳 ぶた肉 さわら 厚揚げ わかめ
19(月)	むぎ 麦ごはん	がんもどきの含め煮 【鶏肉・大豆・小麦】	くきわかめのレモンあえ 【小麦・大豆】		牛乳 ぶた肉 丸平天 昆布 しょうが
20(火)	ソフトめん肉みそあんかけ 【ソフトめん:小麦】【肉みそ:豚肉・鶏肉・小麦・大豆・ごま】	コールスローサラダ	みしょうかん		牛乳 ぶた肉 大豆 みそ しょうが
21(水)	むぎ 麦ごはん	あじフライ 【小麦】	そえやさい わかめとうふのみそ汁【大豆】	●中濃ソース 【小麦・大豆・もも・りんご】	牛乳 ぶた肉 とうふ みそ あじ わかめ
22(木)	こめこ 米粉パン 【小麦・乳・大豆】	じゃがいもとツナの チーズ焼き【乳・大豆】	はるやさい 春野菜のスープ 【豚肉・鶏肉・小麦・大豆】	●ミルメーク コーヒー	牛乳 チーズ ツナ ベーコン しょうが
23(金)	びびんぱ(牛肉・ナムル) 【牛肉・小麦・大豆】【ナムル:小麦・大豆】	うしまど 牛窓白菜スープ 【豚肉・鶏肉・小麦・大豆】			牛乳 ぶた肉 みそ しょうが
26(月)	むぎ 麦ごはん	てり焼きつくね 【鶏肉・豚肉・小麦・大豆】	う 卵の花いり【大豆・小麦・さば】 かきたま汁【卵・小麦・大豆】		牛乳 ぶた肉 かつおぶし おから 油揚げ けずり粉 たまご
27(火)	しお 塩ラーメン 【中華めん:小麦】【汁:豚肉・鶏肉・小麦・大豆】	アスパラとひき肉の炒めもの 【牛肉・小麦・大豆】	★ヨーグルト 【乳】		牛乳 ぶた肉 なると わかめ ヨーグルト
28(水)	ハヤシライス 【牛肉・鶏肉・小麦・大豆】	イタリアンサラダ			牛乳 牛肉 大豆 にんじん
29(木)	こめこ 米粉パン 【小麦・乳・大豆】	さけのはな園焼き 【さけ・大豆】	もち麦のトマトスープ 【豚肉・鶏肉・小麦・大豆】		牛乳 ぶた肉 ベーコン さけ しょうが
30(金)	むぎ 麦ごはん	ゆーりんちー 油淋鶏 【鶏肉・小麦・大豆】	きゅうりの即席漬け【ごま・小麦・大豆】 中華スープ【豚肉・鶏肉・小麦・大豆】		牛乳 ぶた肉 ひじき とうふ しょうが

※○印は瀬戸内市基本献立です。 ※●は、小袋がつきます。★は直接学校に配送されます。
※献立は都合により変更することがあります。牛乳は毎日つきます。
※献立名の欄に、アレルギー源になりやすい28品目に該当するものを【 】に載せています。
※瀬戸内市のホームページに、献立表と使用した食材の産地を掲載しています。
※5月12日は「もってえねんジャーの日」です。苦手な物にも挑戦して食べ残しを少しでもなくしましょう！

5月の瀬戸内市産食材使用予定
米 小麦粉 もち米 はくさい
キャベツ きゅうり 玉ねぎ ねぎ
ズッキーニ 裳掛手作りみそ



邑久高校美術部の生徒が作成しました

毎食やさいを食べよう！



瀬戸内市ホームページ
「みんなの食育ひろば」

瀬戸内市は、健康な体づくりのため、「毎食やさい」を食べることをすすめています
野菜を使った市内の学校、園の給食レシピを市ホームページにのせています。ぜひご活用ください！

