



令和8年 5月分 給食献立予定表



瀬戸内市長船学校給食調理場

日付	献立名				エネルギー (幼) (小) (中) 家庭でとってほしい食品	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		血や肉になる		体の調子をととのえる		力や熱のもとになる	
1 (金)	ふるさとの味給食の日 こうごずし	さわらの塩こうじ焼き	わかたけじる若竹汁 【小麦】	★ミニ たいやき 【小麦】	655 761	牛乳 あなご 油揚げ	さわら かまぼこ	たくあん 葉ねぎ たまねぎ	えだまめ たけのこ しめじ	こめ さとう たい焼き	むぎ
7 (木)	端午の節句献立 山菜うどん 【うどん：小麦】 【山菜うどんの汁：小麦】	キャベツのごま酢あえ	かしわもち 【敷島堂】		529 662 804	牛乳 かまぼこ ちりめん	とり肉 油揚げ	にんじん 干しいたけ 葉ねぎ とうもろこし	たまねぎ わらび 山うど キャベツ ほうれん草	うどん ごま かしわもち さとう	
8 (金)	ハヤシライス 【ハヤシルウ：小麦】		かんきつサラダ		488 607 759	牛乳 ぎゅう肉		にんにく にんじん きゅうり とうもろこし キャベツ	たまねぎ トマト マッシュルーム 赤ピーマン だいこん	こめ じゃがいも さとう 柑橘ドレッシング (乳・卵なし) ハヤシル	むぎ
11 (月)	焼き鳥のあんかけ丼		ナムル	●小魚 アーモンド	484 600 745	牛乳 ポークハム	とり肉 カタクチイワシ	しょうが にんじん キャベツ にんにく もやし	干しいたけ たまねぎ えだまめ ほうれん草 葉ねぎ	こめ ごま油 ごま アーモンド 水あめ きゅうり	むぎ さとう
12 (火)	セルフ照り焼きバーガー (【米粉パン：乳・小麦】、照り焼き チキンパティ【小麦】、ポイルキャベツ)		もち麦スープ	●スライスチーズ (中のみ) 【乳】	508 672 860	牛乳 ウインナー チーズ (中のみ)	とり肉	キャベツ たまねぎ パセリ	にんじん マッシュルーム だいこん	米粉パン もち麦 ノンエッグマヨネーズ (乳・卵なし) パン粉	
13 (水)	もってえねんジャーの日 麦ごはん	高野豆腐の煮物	おひたし ひじき佃煮		473 617 751	牛乳 ひじき 平天	とり肉 高野豆腐 系かつお	にんじん えだまめ とうもろこし 干しいたけ	たまねぎ キャベツ きゅうり	こめ じゃがいも さとう ごま	むぎ
14 (木)	海鮮ラーメン 【中華めん：小麦】 【海鮮ラーメンの汁：えび】		アスパラと牛肉の炒めもの		505 604 760	牛乳 えび わかめ なると	ぼたて いか ぎゅう肉	しょうが にんじん キャベツ とうもろこし	たまねぎ メンマ アスパラガス ねぎ	中華めん じゃがいも ごま油 さとう 揚げ油	むぎ
15 (金)	麦ごはん	豚肉のつけ焼き	きゅうりのカリカリ漬け みそ汁		481 610 753	牛乳 厚揚げ わかめ	ぶた肉 みそ	ねぎ にんじん すりりんご きゅうり	たまねぎ だいこん にんにく	こめ ごま油 さとう	むぎ
18 (月)	麦ごはん	牛肉と厚揚げの煮物	おかかあえ		477 609 752	牛乳 厚揚げ 系かつお	ぎゅう肉 こんぶ	キャベツ たまねぎ 葉ねぎ もやし	にんじん だいこん こまつな	こめ さとう	むぎ
19 (火)	米粉パン 【小麦・乳】	タンドリーチキン	切干大根の焼きそば風		486 647 783	牛乳 ぶた肉 ちくわ 青のり	とり肉 ウインナー けずり粉	にんにく しょうが レモン果汁 にんじん たまねぎ キャベツ	しょうが 千切大根 たまねぎ もやし	米粉パン オリブオイル サラダ油	
20 (水)	アラスカ ごはん	かつおの漁師揚げ	いりどり		499 644 752	牛乳 かつお 丸天	わかめ こんぶ とり肉	グリーンピース しょうが たまねぎ	にんじん ごぼう いんげん	こめ 揚げ油 ごんにやく パン粉 小麦粉	むぎ
21 (木)	ソフトめんカレーソース 【ソフトめん：小麦】 【カレーソース：小麦】		パインサラダ		524 634 798	牛乳 ぶた肉 ウインナー	ぎゅう肉	にんにく たまねぎ マッシュルーム キャベツ ブロッコリー	しょうが にんじん えだまめ 黄ピーマン パイン	ソフトめん じゃがいも カレーウ オリブオイル	
22 (金)	麦ごはん	肉じゃが	大豆あえ	★はちみつ レモンゼリー	524 649 761	牛乳 ちりめん こんぶ	ぶた肉 大豆	にんじん キャベツ	チンゲン菜 たまねぎ いんげん	こめ じゃがいも さとう はちみつレモンゼリー (乳・卵なし)	むぎ
25 (月)	きつねどんぶり		茶碗蒸し【たまご、えび、小麦】 さわやか漬け		524 691 830	牛乳 油揚げ えび たまご	ぶた肉 とり肉 かまぼこ 塩昆布	にんじん 葉ねぎ ほうれん草 干しいたけ 小松菜	たまねぎ ほうれん草 キャベツ レモン果汁	こめ サラダ油 さとう でんぶん	むぎ
26 (火)	黒糖パン 【小麦・乳】	ツナの マヨネーズ焼き	ごぼうのスープ	★ヨーグルト 【乳】	513 679 812	牛乳 ハム	ツナ ヨーグルト	たまねぎ とうもろこし マッシュルーム ごぼう えのき	とうもろこし えだまめ にんじん 小松菜	黒糖パン じゃがいも ノンエッグマヨネーズ (乳・卵なし)	むぎ
27 (水)	麦ごはん	さばのごまだれ焼き	たくあんあえ みそ汁		530 658 791	牛乳 油揚げ 白みそ	さば みそ	キャベツ たまねぎ ねぎ	たくあん にんじん	こめ ごま じゃがいも	むぎ
28 (木)	肉うどん 【うどん：小麦】 【肉うどんの汁：小麦】		野菜といもの みそマヨネーズあえ	●お茶めな 大豆	502 613 765	牛乳 かまぼこ だいず	ぎゅう肉 ちくわ 白みそ	にんじん たまねぎ 葉ねぎ	ごぼう 干しいたけ キャベツ	うどん さとう じゃがいも きび糖 ノンエッグマヨネーズ (乳・卵なし)	むぎ
29 (金)	麦ごはん	ヤンニョムチキン	だいこんの中華漬け わかめスープ		533 670 805	牛乳 ポークハム とうふ	とり肉 わかめ	にんにく たまねぎ だいこん にんじん	とうもろこし 葉ねぎ にんにく 葉だいこん	こめ でんぶん ごま油 さとう	むぎ

※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。
 ※○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。
 ※献立名の欄に、アレルギー源になりやすい8品目に該当するものを【 】に載せています。
 ※米粉パン・黒糖パン【小麦・乳】、
 米粉ソフトめん・米粉中華めん・うどん【小麦】が含まれています。
 ※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13日(水)は「もってえねんジャーの日」です。苦手なもの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 たまねぎ ねぎ
キャベツ きゅうり
裳掛手作りみそ



5月7日(木)の
「かしわもち」は、
邑久町の敷島堂から無償で
提供していただきました。