

令和7年



5 月 分 献 立 表

(給食回数20回)



八千代町立学校給食センター



日	曜日	献立名	おもに体をつくる				おもにからだの調子を整える		おもにエネルギーになる		栄養価		
			たんぱく質		無機質	ビタミン・無機質		炭水化物	脂質	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)		
			1群 魚・肉・卵・豆・豆腐製品	2群 牛乳・小魚・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他野菜・きのこ・果物	5群 穀類・いも類・砂糖	6群 種実類・油脂					
1	木	有識者で育てた八千代町産さしきゅうをパンに練りこみました。											
		さしきゅうチョコチップパン 牛乳		牛乳				さしきゅうチョコチップパン		600	24.2		
		チキンカツ	とりこ		パセリ バジル		こむぎこ パンこ こめこ						
		だいこんサラダ	まぐろ		みずな	きゅうり だいこん		ドレッシング					
		カレースープ	ウィンナー		にんじん ブロッコリー パセリ	たまねぎ はくさい しめじ にんにく		オリーブあぶら	735	27.6			
		ピーチゼリー(小1こ 中職2個)				もも	さとう ゼリー						
2	金	子どもの日ごはん											
		ごはん あじのり 牛乳		のり 牛乳			ごはん		663	23.3			
		おさかなフライ	いわし すけそうだら とりこ みそ	あおのり	にんじん	たまねぎ ごぼう れんこん	さとう こむぎこ パンこ	あぶら					
		ブロッコリーのおかかマヨあえ	かつおぶし		ブロッコリー にんじん	もやし		ノンエッグマヨネーズ	791	26.0			
		たけのこのみそしる	みそ	わかめ		たけのこ だいこん ながねぎ							
		かしわもち	あずき				さとう もち でんぶん						
5	月		こどもの日										
6	火		振替休日										
7	水	きつねうどん 牛乳	あぶらあげ なた	牛乳	ほうれんそう にんじん	ながねぎ	ソフトめん	ごまあぶら	655	28.3			
		えびしゅうまい(2こ)	えび たら			たまねぎ	パンこ さとう こむぎこ でんぶん						
		きりぼしだいこんとツナのごまあえ	まぐろ		にんじん	きゅうり だいこん		ごまドレッシング	818	33.8			
8	木	しゃくばン キャラメルクリーム 牛乳		牛乳			しゃくばン キャラメルクリーム	ごまドレッシング	638	23.2			
		ナゲット(小2こ 中職3こ)	とりこ			にんにく	パンこ こむぎこ さとう でんぶん	あぶら ラード					
		ミネストローネ	ベーコン		にんじん トマト	キャベツ たまねぎ だいこん セロリー	マカロニ	オリーブあぶら	797	29.7			
		フルーツゼリーあえ				りんご もも パインアップル ナタデココ	ゼリー さとう						
9	金	ハヤシライス(ごはん ハヤシシチュー) 牛乳	ぶたこ	牛乳	にんじん トマト	たまねぎ マッシュルーム にんにく	ごはん じゃがいも こむぎこ	バター	763	21.0			
		かぼちゃコロッケ			かぼちゃ	たまねぎ	パンこ さとう でんぶん こむぎこ	あぶら					
		イタリアンサラダ			ブロッコリー にんじん	きゅうり キャベツ		ドレッシング	929	24.4			
12	月	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん						
		ぎょうざ(小2こ 中職3個)	とりこ ぶたこ		にら	キャベツ しょうが たまねぎ	こむぎこ でんぶん さとう	ごまあぶら ラード	708	23.0			
		マーボー豆腐	とうふ ぶたこ だいず		にら にんじん トマト	しょうが ながねぎ しいたけ にんにく	でんぶん さとう	ごまあぶら					
		あんぱんどうふ		なまクリーム		パインアップル みかん レモン	ゼリー さとう						
13	火	にしょくごはん(ごはん にこそぼろ たまごそぼろ)	ぶたこ だいず たまご	にんじん	しょうが	ごはん さとう でんぶん	あぶら	605	24.1				
		牛乳		牛乳									
		わかめスープ	なた	わかめ	にんじん	もやし ながねぎ たまねぎ たけのこ にんにく	ごま		751	28.3			
14	水	ちゃんぽんうどん 牛乳	ぶたこ	牛乳	にんじん	キャベツ たまねぎ もやし しいたけ しょうが	ソフトめん さとう	ごまあぶら	622	22.8			
		ハッシュポテト				たまねぎ	じゃがいも でんぶん	あぶら					
		カラフルツナピーズ	だいず まぐろ ひよこまめ あおえんどう あかいんげんまめ			えだまめ とうもろこし たまねぎ	さとう	マスタード ノンエッグマヨネーズ	706	26.0			
15	木	くらパン 牛乳		牛乳			くらパン		653	25.9			
		にくだんご(小2こ 中職3個)	とりこ		トマト	たまねぎ	パンこ さとう						
		ブロッコリーのガーリックソース	ウィンナー		ブロッコリー	たまねぎ エリンギ とうもろこし にんにく	キャベツ	バター	821	32.7			
		コーンスープ	しらんげんまめ ベーコン	牛乳 チーズ		とうもろこし たまねぎ	じゃがいも こむぎこ でんぶん	バター バター ラード					
16	金	かみかみごはん		牛乳			ごはん						
		ごはん 牛乳					さとう						
		いかのスタミナやき	いか みそ		にんじん ビーマン	しょうが にんにく	でんぶん さとう	ごまあぶら	585	26.8			
		デンジャオロース	ぶたこ			しょうが にんにく たけのこ さとう							
		ワンタンスープ	ぶたこ		チンゲンサイ	たまねぎ キャベツ しょうが えのきたけ ながねぎ もやし	こむぎこ でんぶん	ラード あぶら	721	30.0			
19	月	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん						
		ハンバーグおろしソース	とりこ ぶたこ			たまねぎ だいこん	パンこ さとう	あぶら	663	20.4			
		ポテトサラダ			にんじん	きゅうり とうもろこし	じゃがいも さとう	ノンエッグマヨネーズ					
		チンゲンサイのスープ			チンゲンサイ にんじん	たまねぎ しいたけ しょうが			835	25.1			
20	火	郷土料理(奈良県)											
		ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		656	27.9			
		あおさいりアジフライ	あじ	あおのり			パンこ	あぶら					
		こまつなソテー	ウィンナー		こまつな	とうもろこし		あぶら	815	33.6			
21	水	あすかじる	とりこ とうふ みそ	牛乳	にんじん	だいこん ごぼう えのきたけ ながねぎ しょうが		あぶら					
		ジャージャーめん 牛乳	ぶたこ だいず みそ	牛乳	にんじん	しょうが にんにく ながねぎ しいたけ たけのこ キャベツ	ちゅうかめん さとう	ごまあぶら	635	29.7			
		やさしいまじゅう(2こ)	とりこ		こまつな にんじん かぼちゃ	たまねぎ	こむぎこ さとう						
		はるさめサラダ	ハム			きゅうり もやし	さとう はるさめ	ごまあぶら	806	35.6			
22	木	しゃくばン いちごジャム 牛乳		牛乳			しゃくばン いちごジャム		665	28.3			
		いかナゲット(小2こ 中職3個)	いか たちうお				さとう パンこ こむぎこ でんぶん	あぶら					
		ポークピーズ	ぶたこ だいず		にんじん トマト	たまねぎ マッシュルーム	さとう じゃがいも	あぶら	834	35.2			
		コンソメスープ	ベーコン		にんじん	キャベツ たまねぎ セロリー							
23	金	カレーライス(むぎごはん カレーシチュー)	ぶたこ レバー	牛乳 脱脂粉乳	にんじん トマト	たまねぎ にんにく しょうが りんご	むぎごはん じゃがいも こむぎこ	あぶら	652	19.8			
		のむヨーグルト(マスカットあじ)		ヨーグルト									
		オムレツ	たまご				さとう でんぶん	あぶら					
		シーザーサラダ		チーズ	ブロッコリー	キャベツ とうもろこし きゅうり	クルトン	シーザードレッシング	803	22.6			
26	月	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん						
		ホイコーロー	ぶたこ あつあげ		あかビーマン	にんにく しょうが ながねぎ キャベツ たまねぎ	さとう でんぶん	あぶら					
		もやしサラダ	ハム		にんじん	もやし きゅうり	さとう	ノンエッグマヨネーズ					
		ニラたまスープ	たまご		にら	えのきたけ しいたけ しょうが			783	25.3			
		いちごレアチーズ		チーズ		いちご レモン	さとう						
27	火	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん						
		やきにくどんのく	ぶたこ あつあげ		にんじん	えだまめ たまねぎ しょうが にんにく しらたき りんご	あぶら ごま		673	23.2			
		カレーサラダ	まぐろ		にんじん	キャベツ きゅうり	さとう	オリーブあぶら					
		ごまみそしる	あぶらあげ みそ		にんじん	だいこん ながねぎ ごぼう こんにゃく	さといも	ごま	831	27.2			
28	水	さんさいうどん	あぶらあげ ぶたこ			わらび みずな やまうた なめこ たけのこ はくさい だいこん えのきたけ ながねぎ	ソフトめん		712	28.3			
		牛乳		牛乳									
		にくしゅうまい(小2こ中職3個)	たまご とりこ		にんじん	たまねぎ	さとう こむぎこ	ラード	942	36.5			
29	木	じゃがいもとたけのこのこのにもの	ちくわ かつおぶし			たけのこ こんにゃく えだまめ	さとう じゃがいも	あぶら					
		コッペパン メープルジャム 牛乳		牛乳			コッペパン メープルジャム						
		とりこバジルやき	とりこ	ゼラチン	バジル パセリ	にんにく		オリーブあぶら	681	29.6			
		ブロッコリーとたまねぎのマリネ	ハム		ブロッコリー	たまねぎ		ドレッシング					
30	金	はるやさいのクリームスープ	ベーコン	牛乳	にんじん アスパラガス	たまねぎ かぶ	じゃがいも こむぎこ	バター	834	35.6			
		地産地消 八千代の日ごはん											
		むぎごはん なつとう 牛乳	なつとう	牛乳			むぎごはん						
		だしまきたまご	たまご				さとう		652	25.2			
		にくじゃが	ぶたこ		にんじん	たまねぎ しらたき えだまめ	じゃがいも さとう	あぶら					
		だいこんのみそしる	みそ			だいこん もやし しめじ えのきたけ	こむぎこ(ふ)		797	29.1			

※都合により、献立内容が変更になる場合がありますので、ご了承ください。
※この献立表に記載されている食品は、主な材料で調味料やハンバーグ、巻巻きなどの加工食品に含まれるアレルギー等、
使用食材のすべては記載してありません。
(アレルギー対応を受けている児童生徒と保護者の方はアレルギー用予定献立表および加工食品成分表をご確認ください。)
※魚料理については「骨」がある場合がありますので、気を付けて食べてください。
※減塩のため、しょうゆやソース等は使用を控えています。ご協力をお願いします。

今月は八千代町で栽培された「米(コシヒカリ)」 「さしき茶」
「やさしい(はくさい こまつな もやし きゅうり ながねぎ にんじん)」を使用します。
近隣の市町村からは「キャベツ にら チンゲンサイ ビーマン しめじ ごぼう その他」を使用しています。

◆物価高騰の影響を受けている子育て世帯の負担軽減のため、令和7年度4月～3月まで、小中学校給食費無償化を実施します◆