



令和7年 5月 給食予定献立表 (16回)



静岡大学教育学部附属浜松小中学校

日付	曜日	牛乳	献立名	アレルギー 乳製品 卵 小麦 えび 落花生 かに	おもな材料				小学校 (3~4年) I群 (kcal) たんぱく質 (g) 脂質 (g) 食塩 (g)	中学校 I群 (kcal) たんぱく質 (g) 脂質 (g) 食塩 (g)	
					体をつくる (赤色の食品)	体の調子を整える (緑色の食品)	エネルギーになる (黄色の食品)	その他			
1 木			おちやいりパン	* * *		りょくちや	パン		634 25.6 27.5 2.9	783 30.8 33.1 3.7	
			ぶたにくとまめの フェジョアーダ		ぶたにく ベーコン ワインナー きんときまめ	たまねぎ にんじん ににく	オリーブオイル	やさいブイヨン 塩 こしょう			
			ミモザサラダ	*	いりたまご	キャベツ きゅうり にんじん バセリ	さとう オリーブオイル	りんご酢 塩 こしょう			
			パインコンポート			パイナップル	さとう				
2 金			ごはん				ごはん		617 23.7 15.2 2.1	763 28.8 17.4 2.5	
			ツナそぼろ		ツナ	えだまめ にんじん しょうが	さとう	みりん しょうゆ 酒			
			とんじる		ぶたにく はままつみそ	だいこん にんじん ごぼう こんにゃく ねぎ	さといも	かつおだし			
			かしわもち		あずき		こめこ さとう	塩			
5 祝						こどもの日					
6 祝						振替休日					
7 水						お弁当の日					
8 木			パン	* * *			パン		573 25.3 23.3 2.0	708 30.5 28.0 2.6	
			みかんジャム			みかん	さとう				
			ポークピーンズ		ぶたにく ベーコン だいす	たまねぎ にんじん トマト トマトピュレ しょうが ににく セロリー バセリ	じゃがいも オリーブオイル	やさいブイヨン 塩 こしょう 赤ワイン			
			チンゲンサイのソテー			チンゲンサイ じんしめじ	オリーブオイル	塩 こしょう			
9 金			ごはん				ごはん		577 26.4 20.3 2.1	768 35.6 26.5 2.5	
			さばのみそに		さば みそ	しょうが	さとう 油	酒 みりん しょうゆ			
			ひじきのいために		ひじき 油あげ だいす	たまねぎ にんじん さやいんげん	さとう	酒 みりん しょうゆ			
			おすいもの		ふ わかめ	にんじん みつば		かつおだし 酒 しょうゆ 塩			
12 月			ごはん			5/12(月) 教育実習 開始	ごはん		586 25.0 12.7 1.6	707 27.4 14.0 1.8	
			あげないチキンカツ	*	とりにく		パンこ 油	塩 こしょう はままつソース			
			いんげんのおかかあえ		かつおぶし	さやいんげん		しょうゆ			
			にらともやしのスープ			にんじん もやし にら きくらげ しょうが	ごま油	やさいブイヨン 塩 酒 しょうゆ			
13 火			パン	* *			パン		618 23.4 22.1 3.3	758 28.4 26.6 4.2	
			がんばるぞカリー	*	とりにく ひよこまめ	たまねぎ にんじん しょうが ににく りんごソース トマト	オリーブオイル こむぎこ・ 油・さとう(りんご・トマト) カレー	やさいブイヨン 塩 赤パリ カレー こ・ポーク入り(りんご・ トマト)カレー こ りんごソース			
			ザワーブラウト			キャベツ にんじん	オリーブオイル	りんご酢 塩 こしょう			
			ヤクルト	*	だっしふんにゅう		さとう				
14 水						お弁当の日					
15 木			むぎいりごはん				ごはん むぎ		510 20.9 13.9 18	657 25.6 15.9 2.3	
			こうはくビビンバ (にく)		ぎゅうにく	しょうが ににく	油 ごま ごま油 さとう	酒 トウバンジャン しょうゆ			
			(こうはくナムル)			だいこん にんじん	ごま油	塩 しょうゆ 酢			
			ワンタンスープ	*		にんじん ねぎ	ワンタンのかわ ごま油	かつおだし 塩 しょうゆ 酒			
16 金			ごはん				ごはん		593 21.8 19.9 1.6	753 26.5 23.5 2.2	
			ハヤシ	*	ぶたにく	たまねぎ にんじん ににく マッシュルーム トマト トマトピュレ	こむぎこ バター オリーブオイル	やさいブイヨン 塩 こしょう 赤ワイン はままつソース			
			キャベツソテー			キャベツ コーン アスパラガス	オリーブオイル	塩 こしょう			
			フルーツあんにん		とうにゅう(あんにん)	もも りんご みかん	さとう(あんにん)				
17 土						小学校運動会(お弁当の日)					

新年度が始まって一か月が経ち、1年生も給食に少しづつ慣れてきたようです。近年では5月も暑い日が見られるようになりました。本格的な夏がやってくる前に、バランスの良い食事や適切な水分補給をして、暑さに強い体を作ていきましょう。



日付	曜日	牛乳	献立名	アレルギー		おもな材料				小学校 (3年)	中学校			
				乳製品	卵	小麦	えび	落花生	かに	体をつくる (赤色の食品)	体の調子を整える (緑色の食品)	エネルギーになる (黄色の食品)	その他	
19	月	食パン	ごはん							ごはん			小学校 なし (運動会 代休日)	742 24.4 21.9 2.4
			じゃがいもの にらあんかけ				ぶたにく		にら しょうが	じゃがいも さとう でんぶん 油	酒 しょうゆ みりん			
			とうふのみそしる				はままつみそ とうふ 油あげ		にんじん みつば		かつおだし			
			りんごゼリー					りんご	さとう					
20	火	ラザニア	こくとういりパン	*	*					パン くろさとう			523 22.7 19.3 3.3	705 25.7 21.5 3.9
			ミルメーク				ココアパウダー			さとう				
			ラザニア	*	*		ぶたにく チーズ	たまねぎ にんじん しょウが にんにく マッシュルーム トマトピューレ	ぎょうざのかわ こむぎこ オリーブオイル	やさいの油 塩 こしょう トマトチャップ ウスターソース 赤ワイン				
			アルファベットスープ		*			たまねぎ にんじん だいこん バセリ	ABCマカロニ	やさいの油 塩 こしょう しょうゆ				
21	水		お弁当の日											
22	木	食パン	ごはん							ごはん			519 18.2 17.2 2.1	676 22.3 20.4 2.6
			くろはんぺんの おちゃんフライ	*			さば・いわし・たら	せんちゃ		でんぶん・さとう・ パンこ・こむぎこ 油				
			きゅうりのあさづけ					きゅうり		ごま	塩			
			さわにわん				ぶたにく	だいこん にんじん ごぼう たけのこ みつば		かつおだし 塩 みりん しょうゆ				
23	金	食パン	ドライカレー					グリンピース コーン たまねぎ あかビーマン	ごはん じゃがいも 油 さとう	カレーご			560 22.2 17.6 2.6	705 26.5 20.5 3.5
			スチームボート	*			油あげ とりにく・ だいすき(つくね)	たまねぎ キャベツ ぶなしめじ しょうが チングンサイ	ごま油 でんぶん・パ ンこ(つくね)	チキンスープ しょうゆ 塩 オリーブオイル こしょう				
			ヨーグルト	*			ヨーグルト							
			ちゅうかめん	*					ちゅうかめん					
26	月	食パン	しょうゆラーメン				ぶたにく なると	キャベツ もやし ねぎ しょうが にんにく	油 でんぶん ごま油	塩 こしょう やさいの油 しょうゆ 酒			535 24.1 15.3 2.3	688 31.5 17.7 2.9
			ポークパオズ		*		ぶたにく だいすき こむぎたんぱく	たまねぎ たけのこ キャベツ しいたけ こんにゃく	こむぎこ さとう ごま油 でんぶん パンこ	塩 ほたてだし こんぶだし かつおだし				
			ふじさんゼリー						さとう					
			パン	*	*				パン					
27	火	食パン	サーモンフライ	*			さけ		パンこ でんぶん 油	塩			570 24.8 20.4 3.1	726 31.6 24.7 4.1
			プロッコリーとまめのソテー				ひよこまめ	えだまめ プロッコリー	油					
			とうもろこしスープ				ハム	たまねぎ コーン クリームコーン バセリ	でんぶん	やさいの油 塩 こしょう しょうゆ				
28	水		お弁当の日											
29	木	食パン	ごはん							ごはん			580 22.5 21.9 2.0	758 28.1 26.8 2.6
			メンチカツ				とりにく・ぶたにく く・だいすきたんぱく (メリカ)	キャベツ・たまねぎ(メリ カ)	さとう・油・ごめこ (メリカ)	はままつソース				
			ほうれんそうのソテー				ベーコン	ほうれんそう	オリーブオイル	塩 こしょう				
			なめこのあかだし				とうふ はままつみそ	にんじん だいこん なめこ ねぎ		かつおだし				
30	金	食パン	ごはん							ごはん			659 21.7 23.7 2.5	812 26.0 27.0 3.2
			ふぞくとくせい！ おわカレー	*			ぶたにく	たまねぎ にんじん しょウが にんにく りんごソース	オリーブオイル こむぎこ・油・さとう (メリカ)	カレーご・ホーフ エス(メリカ) やさいの油 塩 赤ワイン トマトチャップ かーご ウスターソース				
			もやしのナムル					もやし コーン	ごま ごま油	酢 しょうゆ ラー油				
			ありガトーショコラ				とうふ ゆう ココアパウダー		こめこ さとう 油					

※ アレルギー物質が使用されている献立は、横に*印がついています。ただし、加工食品（ベーコン・フライ類・デザート類など）は、十分な表記ができない場合があります。心配な場合は必ず学校へ確認をしてください。

※ 都合により、献立を変更する場合があります。

