



令和7年度

5月分 給食献立予定表



Aブロック（20回）結城小・結城西小・城西小・絹川小・江川北小・江川南小・結城東中

結城市立学校給食センター

日 (曜)	こんだて名	主な材料			アレルギー(8品目) 卵、乳、小麦 落花生、えび、そば かに、くるみ	エネルギー(Kcal) たんぱく質(g) 塩分(g)	
		体をつくる	エネルギーのもと	体の調子を整える		小学生	中学生
1 (木)	【こどもの日メニュー】						
	たけのこごはんの具（ごはん）	大豆 とり肉 油あげ	油 砂糖 ごはん	たけのこ にんじん ごぼう	小麦		
	牛乳	牛乳			乳	629	760
	キャベツのサラダ	かまぼこ	ドレッシング	キャベツ きゅうり たまねぎ	小麦	20.4	23.7
	五目みそ汁	厚あげ みそ		だいこん こまつな もやし		2.0	2.4
2 (金)	かしわもち		上新粉 砂糖 小豆	こんにゃく ねぎ			
	ソフトめん		ソフトめん		小麦		
	肉うどん汁	ぶた肉 油あげ	油	たまねぎ にんじん こまつな	小麦	623	830
	牛乳	牛乳			乳	23.4	29.4
	豚肉コロッケ	ぶた肉	じゃがいも パン粉 小麦粉 油	たまねぎ	小麦	2.6	3.3
7 (水)	わかめとツナのサラダ	わかめ まぐろ	油 ごま ドレッシング	キャベツ きゅうり	小麦		
	ごはん 牛乳	牛乳	ごはん		乳		
	鶏肉のたまねぎソース	とり肉	小麦粉 油 砂糖	たまねぎ	小麦	605	750
	にんじんしりしり	たまご まぐろ かつお節	油 砂糖	にんじん もやし	卵・小麦	26.0	31.1
	豚汁	ぶた肉 油あげ とうふ みそ	油 じゃがいも	こんにゃく ごぼう ねぎ にんじん だいこん		1.9	2.2
8 (木)	【世界の味めぐり：カナダ】						
	ミルクコッペパン	スキムミルク	コッペパン	カナダといえばメープルが有名です。 穀物も多く生産される一方で、えび やサーモンなどの海産物もよく食べ られています。	乳・小麦		
	メープルジャム		メープル				
	牛乳	牛乳			乳	618	736
	エビクリームコロッケ	牛乳 オマールえび	パン粉 小麦粉 油		卵・乳・小麦 えび・かに	19.9	24.1
	ブロッコリーサラダ	大豆 いんげんまめ 大福豆	ドレッシング 砂糖	ブロッコリー きゅうり とうもろこし たまねぎ	小麦	2.2	2.8
9 (金)	もち麦のスープ	ウィンナー	じゃがいも もち麦	たまねぎ にんじん パセリ だいこん	小麦		
	ごはん 牛乳	牛乳	ごはん		乳		
	焼きぎょうざ（小②中③）	ぶた肉	小麦粉 油	キャベツ たまねぎ にら	小麦	604	765
	春雨サラダ	かまぼこ	はるさめ ドレッシング	キャベツ とうもろこし		18.3	22.0
	中華たまごスープ	とうふ たまご	でん粉	にんじん たまねぎ もやし ほうれんそう しいたけ	卵・小麦	1.8	2.2
12 (月)	【いばらき美味しおDayメニュー】						
	ごはん 牛乳	牛乳	ごはん		乳	600	760
	肉団子（小②中③）	とり肉	砂糖 パン粉	たまねぎ	小麦	22.7	27.9
	こまつなのツナあえ	まぐろ	油 ごま ドレッシング	こまつな キャベツ	卵・小麦	1.9	2.3
	豚肉と高野豆腐のみそ汁	ぶた肉 高野豆腐 みそ	油	もやし だいこん にんじん			
13 (火)	ソフトめん		ソフトめん		小麦		
	ミートソース	ぶた肉 大豆	小麦粉 油 砂糖	たまねぎ にんじん トマト にんにく	小麦	620	776
	牛乳	牛乳			乳	23.7	28.7
	ミニ豆乳ドーナツ（きなこ味）	おから とうにゅう きな粉	油 砂糖			2.6	3.1
	大根とチキンのサラダ	とり肉	油 砂糖	だいこん きゅうり			
14 (水)	コッペパン		コッペパン		乳・小麦		
	牛乳	牛乳			乳		
	チキンナゲット（小②中③）	とり肉	パン粉 油 小麦粉		小麦	616	802
	ツナサラダ	まぐろ	ドレッシング	とうもろこし キャベツ		23.0	29.3
	かぼちゃシチュー	牛乳 スキムミルク	小麦粉 バター	たまねぎ にんじん パセリ かぼちゃ	乳・小麦	2.3	3.0
15 (木)	ごはん 牛乳	牛乳	ごはん		乳		
	豆腐ハンバーグ	とうふ とり肉	パン粉 小麦粉 砂糖 油	りんご たまねぎ にんにく	小麦	626	771
	バーベキューソース					22.5	26.5
	キャベツとじゃこのサラダ	ちりめんじゃこ かつお節	ごま油	こまつな キャベツ	小麦	2.0	2.4
	ごまみそ汁	ぶた肉 みそ	ごま 油	だいこん にんじん ねぎ もやし			
16 (金)	ごはん 牛乳	牛乳	ごはん		乳		
	しゅうまい（小②中③）	ぶた肉	小麦粉 でん粉 油	たまねぎ	小麦	670	807
	ブロッコリーのごまあえ		ごま 砂糖	ブロッコリー にんじん もやし	小麦	24.1	27.8
	マーボー豆腐	ぶた肉 とうふ 大豆 みそ	砂糖 ごま油 油 でん粉	しょうが にんにく ねぎ にんじん しいたけ にら	小麦	1.9	2.2
	ごはん 牛乳	牛乳	ごはん		乳		
19 (月)	メンチカツ	とり肉 牛肉 ぶた肉	パン粉 油 小麦粉	たまねぎ	乳・小麦	615	776
	こまつなのコーンあえ			こまつな キャベツ とうもろこし	小麦	18.9	22.7
	豆腐とわかめのみそ汁	とうふ わかめ みそ		にんじん だいこん たまねぎ		1.9	2.3

【お知らせ】 5月26日（月）は、4月分給食費の口座振替日です。残高の確認をお願いします。

●給食費（月額） 小学校4,250円（4月は1年生のみ 2,880円）／中学校4,650円

●長期欠席などの理由で連続して5日以上、給食の提供を受けなかった児童生徒は、給食費が減額となる場合があります。
その場合には、欠食について事前に学校にお申出ください。

Aブロック（20回）結城小・結城西小・城西小・絹川小・江川北小・江川南小・結城東中 結城市立学校給食センター

日 (曜)	こんだて名	主な材料			アレルギー(8品目) 卵, 乳, 小麦 落花生, えび, そば かに, くるみ	エネルギー(Kcal) たんぱく質(g) 塩分(g)	
		体をつくる	エネルギーのもと	体の調子を整える		小学生	中学生
20 (火)	ソフトめん		ソフトめん		小麦	621 21.0 2.5	803 26.8 3.2
	カレーうどん汁	ぶた肉 ミルクカルシウム	小麦粉 油 でん粉	たまねぎ にんじん しめじ ねぎ	乳・小麦		
	牛乳	牛乳		乳			
	ちくわの変わり揚げ (小②中③)	ちくわ	小麦粉 油	パセリ	小麦		
	フルーツ杏仁	牛乳 加糖練乳 とうにゅう	水あめ 砂糖	ぶどう もも りんご 寒天 パインアップル	乳		
21 (水)	アップルパン		コッペパン	りんご	乳・小麦	600 21.9 2.3	774 27.3 3.0
	牛乳	牛乳		乳			
	オムレツマトソース	たまご	油 小麦粉 砂糖	たまねぎ トマト	卵・小麦		
	ポテトサラダ		じゃがいも ドレッシング	きゅうり とうもろこし にんじん			
	キャベツのミルクスープ	とり肉 牛乳 スキムミルク	小麦粉 バター	キャベツ たまねぎ にんじん	乳・小麦		
22 (木)	ごはん 牛乳	牛乳	ごはん		乳	632 22.2 2.0	786 26.4 2.4
	アジフライ ※骨に注意	あじ	パン粉 小麦粉 油		小麦		
	ごぼうサラダ	ベーコン	ごま ドレッシング	ごぼう きゅうり	卵・乳		
	肉団子みそ汁	とり肉 みそ	油 パン粉 でん粉	たまねぎ だいこん にんじん ほうれんそう	小麦		
	【地産地消メニュー：茨城グルメ】						
23 (金)	豚丼 (ごはん)	ぶた肉 みそ	ごはん 油 砂糖	しょうが しらたき たまねぎ にんじん	小麦	602 24.4 2.2	742 28.8 2.6
	牛乳	牛乳		乳			
	切干大根とチーズのサラダ	チーズ かつお節	ドレッシング	切干大根 キャベツ にんじん ほうれんそう たまねぎ	乳・小麦		
	かきたまみそ汁	たまご とうふ みそ		こまつな ねぎ	卵		
26 (月)	ポークカレーライス (ごはん)	ぶた肉 ミルクカルシウム	ごはん 油 小麦粉 じゃがいも	しょうが にんにく たまねぎ にんじん	乳・小麦	677 19.6 2.4	854 24.2 3.0
	牛乳	牛乳		乳			
	和風ハンバーグ	とり肉	パン粉 油 砂糖	たまねぎ だいこん	乳・小麦		
	フルーツジュレ		砂糖 ゼリー	りんご もも みかん パインアップル			
27 (火)	中華めん		ちゅうかめん		小麦	615 26.3 2.9	815 34.0 3.7
	みそラーメンスープ	ぶた肉 大豆 みそ	油 ごま ごま油	たまねぎ にんじん もやし ねぎ とうもろこし にんにく しょうが	小麦		
	牛乳	牛乳		乳			
	とうふナゲット (小②中③)	とうふ 魚すり身 とうにゅう	油 小麦粉	たまねぎ	小麦		
	グリーンサラダ	とり肉	ドレッシング	ブロッコリー キャベツ たまねぎ			
28 (水)	コッペパン		コッペパン		乳・小麦	601 22.3 2.6	770 27.8 3.4
	牛乳	牛乳		乳			
	ハムカツ	ハム	パン粉 油		乳・小麦		
	コールスローサラダ		ドレッシング	キャベツ きゅうり とうもろこし			
	ミネストローネスープ	ぶた肉	じゃがいも 油 砂糖	たまねぎ にんじん だいこん トマト にんにく	小麦		
29 (木)	ごはん 牛乳	牛乳	ごはん		乳	617 28.0 2.2	766 33.6 2.7
	さばの塩焼き ※骨に注意	さば					
	磯の香あえ	とり肉 のり	油 砂糖	こまつな もやし にんじん	小麦		
	キャベツのみそ汁	油あげ みそ		キャベツ にんじん たまねぎ ねぎ			
30 (金)	ごはん 牛乳	牛乳	ごはん		乳	600 21.8 2.0	743 25.9 2.3
	厚焼き玉子	たまご	砂糖		卵・小麦		
	しらたきのチャプチェ	ぶた肉	ごま 油 砂糖 ごま油	にんじん たまねぎ ピーマン しらたき しょうが	小麦		
	ワンタンスープ	ぶた肉	小麦粉	キャベツ たまねぎ にんじん もやし こまつな	小麦		

※物資の都合により、献立を変更すること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、約5%以上含まれている材料であり、食品のすべては記載しておりません。
 ※太文字は結城市産、茨城県産食材の使用を予定しています。
 ※魚には骨がありますので、よくかんで食べましょう。
 ※アレルギー8品目については、参考としてご覧ください。



【今月の(★)結城市・茨城県産食材】

★ごはん ソフトめん 牛乳 ★こまつな ぶた肉
ほうれんそう ねぎ キャベツ きゅうり だいこん
じゃがいも ピーマン

子どもたちが苦手な野菜をおいしく食べられる工夫をした料理や、家庭で人気の料理を教えてください。

給食の献立に取り入れた場合には、給食だよりに学校名、学年、児童・生徒名を記載させていただきます。

※ボールペンで記入し、5月23日（金）までに担任の先生に提出してください。

5月 がつ 

給食だより

新年度が始まって1か月が過ぎました。新しい生活にも慣れてきて、疲れが出やすい時期でもあります。早寝早起き朝ごはんを心がけ、規則正しい生活を送りましょう。熱中症にも注意して水分をとりましょう。

切り取り線

学校	年 組	児童・生徒名

料理名	作り方
材料	