



令和7年度 5月分 給食献立予定表



Bブロック(20回) 城南小・上山川小・山川小・結城中・結城南中

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)	ごはん 牛乳	牛乳	ごはん		乳	605 26.0 1.9	750 31.1 2.2	
	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			
	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			
	豚汁	ぶた肉 油あげ とうふ みそ	油 ジャガイモ	こんにゃく ごぼう にんじん ねぎ だいこん				
2 (金)	【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	629 20.4 2.0	760 23.7 2.4	
	牛乳	牛乳			乳			
	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			
	五目みそ汁	厚あげ みそ		だいこん こまつな もやし こんにゃく ねぎ				
かしわもち		上新粉 砂糖 小豆						
7 (水)	【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	618 19.9 2.2	736 24.1 2.8	
	メープルジャム		メープル					
	牛乳	牛乳						乳
	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
	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
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			
8 (木)	ごはん 牛乳	牛乳	ごはん		乳	626 22.5 2.0	771 26.5 2.4	
	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			
	バーベキューソース							
	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			
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					
9 (金)	ソフトめん		ソフトめん		小麦	620 23.7 2.6	776 28.7 3.1	
	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			
	牛乳	牛乳			乳			
	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					
	大根とチキンのサラダ	とり肉	油 砂糖	だいこん きゅうり				
12 (月)	コッペパン		コッペパン		乳・小麦	616 23.0 2.3	802 29.3 3.0	
	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			
	ツナサラダ	まぐろ	ドレッシング	とうもろこし キャベツ				
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				
13 (火)	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			
	しらたきのチャブチェ	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			
14 (水)	【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 22.7 1.9	760 27.9 2.3	
	肉団子(小②中③)	とり肉	砂糖 パン粉	たまねぎ	小麦			
	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			
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					
15 (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			
16 (金)	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				
19 (月)	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			
	オムレットマトソース	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				

【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。

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)	ごはん 牛乳	牛乳	ごはん		乳	670 24.1 1.9	807 27.8 2.2
	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		
	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		
	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		
21 (水)	ごはん 牛乳	牛乳	ごはん		乳	615 18.9 1.9	776 22.7 2.3
	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		
	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		
	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			
22 (木)	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 パイナップル			
23 (金)	ソフトめん		ソフトめん		小麦	623 23.4 2.6	830 29.4 3.3
	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		
	牛乳	牛乳			乳		
	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		
26 (月)	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			
27 (火)	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			
28 (水)	【地産地消メニュー：茨城グルメ】						
	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			
29 (木)	ごはん 牛乳	牛乳	ごはん		乳	640 18.4 1.9	818 22.1 2.3
	揚げぎょうざ(小②中③)	ぶた肉	小麦粉 油	キャベツ たまねぎ にら	小麦		
	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			
	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		
30 (金)	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				

※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いません。
 ※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



給食だより



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。

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	