



令和8年 5月給食献立予定表

大田学校給食共同調理場

日曜	献立名	主 な 材 料						エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 食塩相当量 (g)					
		牛乳	1群 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 乳製品 小魚・海そう	3群 緑黄色野 菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米 パンめん いも・砂糖	6群 油脂	美東小	美東中			
1 金	 <p>〈季節の行事 端午の節句〉 子どもたちの幸せと健やかな成長を祈る日です。縁起の良い柏餅を献立に取り入れました。 よく噛んで食べてください。</p>												
	麦ご飯					県産牛乳			市内産米 県産麦				
	鶏の照り焼き	鶏の照り焼き										625	723
	キャベツのごま和え			にんじん	キャベツ きゅうり	もやし	砂糖	ごま			27.5	30.9	
わかたけ汁 若竹汁 かしわ餅	県産豆腐	わかめ	にんじん ほうれん草	たまねぎ しいたけ	たけのこ	かしわ餅				2.1	2.7		
7 木	秋吉台高原牛カレーライス	秋吉台高原牛 レンズ豆	県産牛乳	にんじん	たまねぎ グリーンピース にんにく	しょうが	市内産米 県産麦 じゃがいも	カレールウ 油			714	874	
	海藻サラダ	鶏肉	海藻ミックス	にんじん	キャベツ きゅうり とうもろこし		砂糖	ごま油		23.7	27.9		
	ヨーグルト		ヨーグルト						2.0	2.7			
8 金	 <p>〈こぶっちゃん給食 新たまねぎ〉 春が旬の新たまねぎは、水分量が多く、甘みが強いことが特徴です。 今日は、豚肉のしょうが炒めとみそ汁に新たまねぎをたっぷり使っています。</p>												
	麦ご飯					県産牛乳			市内産米 県産麦				
	豚肉のしょうが炒め 新たまねぎのみそ汁	豚肉		にんじん ピーマン	キャベツ たまねぎ もやし	しょうが	砂糖	でんぷん 油			552	700	
	県産豆腐 油揚げ 県産麦みそ		にんじん ごまつな	たまねぎ しいたけ						1.6	2.2		
11 月	セルフハンバーガー	ハンバーグ	県産牛乳	にんじん	キャベツ		パン 砂糖				599	774	
	クリームスープ	鶏肉	県産牛乳	にんじん プロックリー	たまねぎ とうもろこし		じゃがいも	ホワイトルウ		3.0	35.3		
										4.1			
12 火	<p>〈季節の食材 山菜〉 山菜は、野山に自生し、食べられる植物です。今日の山菜うどんには、たけのこ、わらび、うどが入っています。</p>												
	菜飯					県産牛乳		青菜	市内産米 県産麦				
	山菜うどん	鶏肉 油揚げ		にんじん 葉ねぎ	たまねぎ たけのこ しいたけ わらび あずき えのきたけ なめこ うど		うどん 砂糖				579	718	
ちくわと野菜のごま炒め	ちくわ		ごまつな にんじん	キャベツ たまねぎ		砂糖	ごま ごま油			25.9	31.5		
										2.7	3.8		
13 水	麦ご飯					県産牛乳			市内産米 県産麦				
	県産チキンカツ	県産チキンカツ							揚げ油				
	切り干し大根のソース炒め	平天	鶏のり	にんじん ピーマン	もやし 切り干しだいこん		砂糖	油			585	722	
	白菜の中華スープ	県産豆腐 ペーコン		にんじん ほうれん草	はくさい たまねぎ しめじ					20.5	24.8		
										1.5	1.9		
14 木	麦ご飯					県産牛乳			市内産米 県産麦				
	いわしの甘露煮	いわしの甘露煮											
	キャベツの昆布和え		塩昆布	ごまつな にんじん	キャベツ						600	734	
	豚汁	生揚げ 豚肉 県産麦みそ		にんじん 葉ねぎ	たまねぎ しいたけ	じゃがいも こんにゃく				27.5	33.4		
										2.1	2.6		
15 金	ひじきと大豆の混ぜご飯	大豆 油揚げ	県産牛乳 ひじき	にんじん さやいんげん	しいたけ		市内産米 砂糖	油					
	ほうれん草のごまマヨネーズ和え			ほうれん草 にんじん	キャベツ きゅうり		砂糖	マヨネーズ ごま		545	673		
	魚そうめん汁	鶏肉 魚そうめん		にんじん 葉ねぎ	たまねぎ だいこん					22.4	27.0		
										1.9	2.6		

日曜	献立名	主 な 材 料						エネルギー (kcal)		
		牛乳	<赤>体をつくる		<緑>体の調子をととのえる		<黄>熱や力になる		美東小	美東中
			1群 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 乳製品 小魚・海そう	3群 緑黄色野 菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米 パン めん いも・砂糖	6群 油脂		
18月	黒糖パン		県産牛乳			パン 黒糖			628 26.4 2.9	738 30.8 3.5
	カレー風味のジャーマンポテト	ウインナー		にんじん ピーマン	たまねぎ とうもろこし	じゃがいも 砂糖	油			
	ポトフ	鶏肉		にんじん ブロッコリー	キャベツ たまねぎ だいこん しめじ					
19火	麦ご飯		県産牛乳			市内産米 県産麦			621 21.2 1.9	784 25.5 2.6
	春巻き	春巻き					揚げ油			
	きゅうりのごま酢和え			にんじん	きゅうり もやし	砂糖	ごま			
	豆腐キムチ汁	県産豆腐 豆乳 県産麦みそ		にんじん 菜ねぎ	はくさい だいこん ごぼう はくさいキムチ					
20水	麦ご飯		県産牛乳			市内産米 県産麦			586 30.0 1.3	720 36.3 1.9
	さばの塩焼き	さば								
	小松菜の煮浸し	油揚げ		ごまつな にんじん	キャベツ		ごま油			
	かきたま汁	県産豆腐 卵	わかめ	にんじん	たまねぎ えのきだけ	じゃがいも	でんぶん			
21木	ココア蒸しパン		県産牛乳			蒸しパンミックス 砂糖			590 17.6 2.2	727 20.7 2.7
	スパゲティナポリタン	ベーコン		トマト にんじん	たまねぎ しめじ とうもろこし にんにく	スパゲティ 砂糖	オリーブ油			
	アスパラガスとツナのサラダ	まぐろ水煮		にんじん	キャベツ きゅうり アスパラガス	砂糖	油			
22金	高菜チャーハン	豚肉 卵	県産牛乳	にんじん 高菜漬	たまねぎ しいたけ	市内産米	ごま油		522 19.8 1.6	703 26.8 2.2
	中華サラダ			にんじん	キャベツ もやし	砂糖	ごま ごま油			
	わかめスープ	県産豆腐	わかめ	ほうれん草 にんじん	たまねぎ えのきだけ					
25月	パン リンゴジャム		県産牛乳			パン リンゴジャム			684 27.3 3.2	809 32.3 4.1
	マカロニのミートグラタン	豚肉 牛肉	チーズ	にんじん トマト	たまねぎ グリーンピース にんにく しょうが	マカロニ	ホワイトルウ 油			
	花野菜サラダ			ブロッコリー	カリフラワー きゅうり とうもろこし	砂糖	油			
	コンソメスープ	ベーコン		にんじん パセリ	たまねぎ キャベツ しめじ	じゃがいも				
26火	麦ご飯		県産牛乳			市内産米 県産麦			574 20.0 1.3	707 23.8 1.6
	小松菜のゆかり和え			ごまつな にんじん	キャベツ もやし ゆかり					
	すき焼き風煮物	焼き豆腐 秋吉台高原牛		にんじん	たまねぎ はくさい ごぼう だいこん しいたけ	しらたき 砂糖	油			
27水	麦ご飯		県産牛乳			市内産米 県産麦			589 26.8 2.0	718 32.3 2.6
	ポークチャップ	豚肉		にんじん ピーマン トマ	たまねぎ しめじ	砂糖	油 でんぶん			
	卵スープ	卵 ベーコン		にんじん ほうれん草	キャベツ たまねぎ とうもろこし					
	1食チーズ		チーズ							
28木	麦ご飯		県産牛乳			市内産米 県産麦			584 25.2 2.2	717 30.4 2.7
	鶏肉の塩麹焼き	鶏肉					油			
	キャベツの茎わかめ和え		茎わかめ	ごまつな にんじん	キャベツ					
	じゃがいものみそ汁	県産豆腐 油揚げ 県産麦みそ		にんじん	たまねぎ えのき じゃがいも					
29金	<世界の料理 ギャパオライス> ギャパオライスは、タイ料理の一つです。炒めた肉と野菜、卵を甘辛い味付けにし、ご飯に乗せて食べます。								588 24.1 1.7	725 29.3 2.2
	ギャパオライス	鶏肉 大豆 卵	県産牛乳	にんじん ピーマン パプリカ	たまねぎ セロリー しょうが	市内産米 県産麦 砂糖	油			
	豆腐の中華スープ	豆腐 豚肉		にんじん チンゲンサイ	たまねぎ しいたけ					

*献立は、材料の都合により、一部変更になることがあります。

*学校給食に使用している県産食材は「学校給食県産食材利用拡大事業」により、JA山口県、水産関係団体、山口県などから一部助成を受けています。