

# 学校給食献立予定表

千葉県大宮  
学校給食センター  
☎305-1355

令和8年5月分

—Aコース—

日 曜	献立名	主な材料名						栄養量
		主に体の組織をつくる食品		主に体の調子を整える食品		主にエネルギーになる食品		エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 食塩相当量(g)
		魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜・果物	米・パン・めん・ いも・砂糖	油脂	
1 金	ごはん 牛乳 オムレツ ハッシュドチキン ひじきのカラフルあえ	卵 鶏肉 大豆	牛乳 ひじき	にんじん トマト こまつな にんじん	にんにく たまねぎ エリンギ もやし えだまめ しょうが	米 砂糖 じゃがいも 砂糖	油 油 ごま油 ごま	781 29.6 22.4 2.7
<b>体育祭応援献立</b>								
7 木	たけのこごはん 牛乳 かつおのメンチカツ 切干大根の卵いため ヨーグルト	豚肉 油揚げ かつお 凍り豆腐 かまぼこ 卵	ちりめんじゃこ いわし粉 牛乳 ヨーグルト	にんじん にんじん だいこん葉	たけのこ えだまめ たまねぎ しょうが 切干しだいこん エリンギ	米 もち米 砂糖 パン粉 砂糖 小麦粉 砂糖 砂糖	油 油 ごま油 油	791 34.7 26.9 3.2
8 金	コッパパン 牛乳 コーングラタン ミートボールのトマト煮 キャベツのあえ物	ベーコン 鶏肉 豚肉 大豆	脱脂粉乳 牛乳 牛乳 チーズ くきわかめ	にんじん トマト こまつな にんじん	とうもろこし たまねぎ たまねぎ エリンギ キャベツ もやし にんにく	小麦粉 米粉 砂糖 マカロニ 小麦粉 砂糖 米粉マカロニ でん粉 砂糖	マーガリン バター 油 油 ごま油 ごま	809 33.3 30.9 3.3
11 月	ごはん 牛乳 ししゃもの青のりフライ(2尾) いも団子汁 細切り昆布のいり煮	豚肉 油揚げ ちくわ	牛乳 ししゃも あおのり いわし粉 こんぶ	にんじん こまつな にんじん	だいこん えのきたけ ごぼう はくさい ねぎ えだまめ	米 パン粉 小麦粉 こんにゃく じゃがいも 小麦粉 砂糖	油 油 油	818 29.2 26.3 3.1
12 火	コッパパン 牛乳 チキンチーズ焼き キャベツの豆乳スープ ゼリーポンチ	鶏肉 豚肉 ベーコン 豆乳 大豆	脱脂粉乳 牛乳 チーズ	赤ピーマン パセリ にんじん	たまねぎ キャベツ エリンギ とうもろこし ぶどう果汁 みかん果汁	小麦粉 米粉 砂糖 パン粉 砂糖 じゃがいも 米粉 砂糖	マーガリン 油 油	783 34.8 27.3 3.0
13 水	麦ごはん 牛乳 つくねのごまみそたれかけ しょうがけんちん汁 のりあえ	鶏肉 豚肉 油揚げ 豆腐	牛乳 いわし粉 のり	にんじん だいこん葉 こまつな にんじん	たまねぎ だいこん ごぼう 干しいたけ ねぎ しょうが もやし キャベツ	米 麦 パン粉 でん粉 砂糖 じゃがいも 砂糖	ごま ごま油	784 31.4 24.1 2.4
14 木	カレーピラフ 牛乳 さけのフライ にんじんの卵いため フルーツミックスゼリー	鶏肉 レンズ豆 さけ 豚肉 卵	牛乳 牛乳	にんじん 黄ピーマン 青ピーマン 赤ピーマン にんじん だいこん葉	たまねぎ とうもろこし えだまめ たまねぎ りんご果汁 ぶどう果汁 パイナップル果汁 もも果汁	米 玄米 麦 砂糖 パン粉 小麦粉 ごま油 油	油 油	785 29.4 26.1 2.4
15 金	麦ごはん 牛乳 中華卵焼き 野菜のみそスープ 鶏肉の黒酢いため 大豆ふりかけ	卵 かまぼこ 豚肉 大豆 鶏肉 生揚げ 大豆	牛乳 牛乳 のり	にんじん にんじん なら にんじん こまつな	ねぎ たけのこ 干しいたけ にんにく はくさい たまねぎ とうもろこし もやし しょうが ねぎ きくらげ キャベツ	米 麦 でん粉 砂糖 はるさめ 砂糖 でん粉 砂糖	油 ごま ごま油 ごま油 ごま	784 34.9 22.9 2.8
18 月	ごはん 牛乳 厚焼き卵 キャベツたっぷりごま豚汁 五目きんぴら	卵 豚肉 油揚げ 鶏肉 さつま揚げ	牛乳 いわし粉	にんじん こまつな にんじん	キャベツ えのきたけ ねぎ ごぼう れんこん	米 砂糖 でん粉 じゃがいも こんにゃく 砂糖	油 ごま油 ごま ごま油	786 30.0 26.6 3.1
19 火	厚切り食パン 牛乳 たらのフライ ミネストローネ 河内晩柑 ミルククリーム	たら 鶏肉 豚肉 ベーコン 白いんげん豆 レンズ豆	脱脂粉乳 牛乳 全粉乳	にんじん トマト	にんにく セロリ たまねぎ キャベツ かわちばんかん	小麦粉 米粉 砂糖 パン粉 小麦粉 でん粉 砂糖 じゃがいも 砂糖	マーガリン 油 油 油	851 31.6 32.8 3.2
20 水	麦ごはん 牛乳 ミートボールのチリソースかけ ビーフンスープ 野菜の中華あえ	鶏肉 豚肉 豚肉 かまぼこ くきわかめ	牛乳 牛乳	にんじん だいこん葉 こまつな にんじん	たまねぎ しょうが にんにく たまねぎ きくらげ とうもろこし キャベツ しめじ もやし にんにく	米 麦 でん粉 砂糖 ビーフン でん粉 砂糖	油 ごま油 ごま油 ごま	783 29.4 23.9 2.8

日 曜	献立名	主な材料名						栄養量	
		主に体の組織をつくる食品		主に体の調子を整える食品		主にエネルギーになる食品		エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)
		魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜・果物	米・パン・めん・ いも・砂糖	油脂		
21 木	コッペパン 牛乳 野菜かき揚げ 煮込みうどん 大豆のしぐれ煮		脱脂粉乳 牛乳 かまぼこ 鶏肉 豚肉 大豆		にんじん しゅんぎく にんじん だいこん葉 にんじん	たまねぎ ごぼう はくさい だいこん ねぎ にんにく たまねぎ しょうが	小麦粉 米粉 砂糖 小麦粉 砂糖 うどん こんにゃく 砂糖	マーガリン 油 油 油	787 32.6 27.4 3.2
22 金	ごはん 牛乳 ししゃもの唐揚げ(2尾) チキンカレー わかめのあえ物		牛乳 ししゃも 鶏肉 大豆 わかめ		にんじん にんにく しょうが たまねぎ もやし だいこん とうもろこし にんにく	米 でん粉 じゃがいも 砂糖		811 28.6 25.4 2.8	
25 月	ごはん 牛乳 春巻き 中華卵スープ 切干大根のピリ辛あえ ミニアセロラゼリー		牛乳 豚肉 豚肉 なたと 豆腐 卵		にんじん にんじん こまつな にんじん	たまねぎ キャベツ しょうが 干しいたけ たまねぎ もやし とうもろこし たけのこ きくらげ しょうが 切干しだいこん もやし えだまめ しょうが にんにく アセロラ果汁	米 はるさめ でん粉 小麦粉 砂糖 米粉 でん粉 砂糖	油 ごま油 ごま油 ごま	782 26.4 24.7 2.7
26 火	ごはん 牛乳 あじのゆずみそかけ 白玉汁 こんにゃくの甘辛いため		牛乳 あじ 鶏肉 さつま揚げ 油揚げ		にんじん だいこん葉	ゆず果汁 だいこん たまねぎ にんにく しょうが えのきたけ ねぎ しめじ	米 砂糖 砂糖 さといも もち こんにゃく 砂糖	油 ごま油	786 33.7 18.7 2.9
27 水	コッペパン 牛乳 鶏肉のマーマレード焼き じゃがいものポタージュ カスレ チョコクリーム		脱脂粉乳 牛乳 鶏肉 牛乳 生クリーム ベーコン 白いんげん豆		にんにく みかん オレンジ 夏みかん たまねぎ エリンギ とうもろこし にんにく トマト にんにく たまねぎ	小麦粉 米粉 砂糖 水あめ 砂糖 じゃがいも 米粉 油	マーガリン 油 バター	799 39.9 25.2 3.1	
28 木	ごはん 牛乳 ひよこ豆のガーリック揚げ 鶏すき煮 ごまみそあえ		牛乳 ひよこ豆 鶏肉 凍り豆腐 いわし粉		にんにく たまねぎ ねぎ はくさい しめじ キャベツ もやし とうもろこし	米 でん粉 焼きふ 砂糖 砂糖	油 油 ごま	783 31.7 21.5 2.2	
29 金	厚切り食パン 牛乳 ハンバーグのオニオンソースかけ 豆乳カレースープ バターしょうゆポテト		脱脂粉乳 牛乳 鶏肉 豚肉 豚肉 大豆 いんげん豆 レンズ豆 豆乳 ウインナー		にんじん にんじん パセリ	たまねぎ たまねぎ しめじ たまねぎ	小麦粉 米粉 砂糖 砂糖 でん粉 米粉 じゃがいも	マーガリン 油 油 油 バター	868 39.0 34.2 3.2

・材料の都合により献立を変更する場合がありますのでご了承ください。  
・ヨーグルト、フルーツミックスゼリーは学配です。  
・主な材料名を掲載しています。食物アレルギーに関する食品は、該当者に配付している詳細な献立表でご確認ください。

	基準値	平均栄養量
エネルギー(kcal)	830	798
たんぱく質(g)	13~20%	32.2(16.1%)
脂質(g)	20~30%	26.0(29.3%)
食塩相当量(g)	2.5g未満	2.9

種 類	産 地		種 類	産 地	
	3月(実施)	5月(予定)		3月(実施)	5月(予定)
米	千葉県	千葉県	だいこん	千葉県、神奈川県	千葉県、青森県
パン(小麦粉)	千葉県、茨城県、埼玉県、群馬県、北海道	千葉県、茨城県、埼玉県、群馬県、北海道	ねぎ	千葉県、茨城県、埼玉県	千葉県、茨城県
牛乳	千葉県	千葉県	キャベツ	愛知県	千葉県、神奈川県、愛知県、茨城県
豚肉	千葉県、栃木県、岩手県、青森県	青森県	たまねぎ	北海道	千葉県、佐賀県、北海道
鶏肉	千葉県、岩手県	岩手県	もやし	栃木県	栃木県
鶏卵	千葉県	千葉県	セロリ	千葉県、愛知県、茨城県	静岡県
にんじん	千葉市	千葉市、千葉県、徳島県	じゃがいも	北海道	長崎県、鹿児島県
ほうれんそう	千葉県、茨城県	千葉県	かぶ	千葉県	千葉県
にら	栃木県	千葉県、栃木県、茨城県	ごぼう	—	長崎県
こまつな	千葉市	千葉市	はくさい	茨城県	千葉県、茨城県、群馬県、長野県
青ピーマン	茨城県	茨城県	きゅうり	—	千葉県、茨城県、群馬県
赤ピーマン	—	高知県	—	—	—
チンゲンサイ	—	茨城県	デコポン	熊本県	—
			しらぬひ	熊本県	—
			河内晩柑	—	和歌山県、愛媛県、熊本県