





令和6年度 5月分学校給食予定献立表



浅口市学校給食センター

日付	こ ん だ て め い	お も な ざ い り ょ う						備考	
		血やにくになる		体の調子をととのえる			カや熱のもとになる		
1 (水)	ハヤシライス 牛乳 フレンチサラダ	牛乳 ハム	牛肉	にんにく グリーンピース キャベツ	たまねぎ マッシュルーム きゅうり	にんじん トマト とうもろこし	米 油	じゃがいも	
2 (木)	【端午の節句献立】 豆ごはん 牛乳 かつおの甘辛 ゆかりあえ すまし汁 かしわもち (小・中) こどもの日ゼリー (幼・こ)	牛乳 とうふ	かつお かまぼこ	アラスカ豆 きゅうり だいこん	キャベツ しそ にんじん	もやし たまねぎ ねぎ	米 油 かしわもち	でんぷん さとう こどもの日ゼリー	
7 (火)	えびとチキンのピラフ 牛乳 ビーンズサラダ オニオンスープ	牛乳 鶏肉 ミックスビーンズ	えび ハム ベーコン	たまねぎ グリーンピース はくさい	にんじん キャベツ えのきだけ	とうもろこし きゅうり パセリ	米	マヨネーズ	
8 (水)	【寄島中学校リクエスト献立】 カレーライス 牛乳 ごぼうサラダ 生乳ヨーグルト	牛乳 ヨーグルト	豚肉	にんにく にんじん ごぼう とうもろこし	しょうが トマト キャベツ	たまねぎ グリーンピース きゅうり	米 マヨネーズ	じゃがいも	
9 (木)	五目うどん 牛乳 ちくわのお茶てんぷら おひたし	牛乳 油揚げ ちくわ	鶏肉 わかめ かつおぶし	たまねぎ しめじ もやし	にんじん ねぎ こまつな	ごぼう キャベツ 茶葉	うどん 油	米粉 さとう	
10 (金)	【かみかみ献立】 ごはん 牛乳 大豆の五目煮 ツナのあえ物 ふりかけ 	牛乳 鶏肉 ツナ	大豆 ひじき	にんじん 干しいたけ だいこん	ごぼう さやいんげん とうもろこし	れんこん きゅうり	米 こんにゃく さとう	じゃがいも 油 ごま油	
13 (月)	フィッシュバーガー 牛乳 ジュリアンスープ オレンジ	牛乳 ベーコン	白身魚フライ	キャベツ はくさい チンゲンサイ	きゅうり にんじん オレンジ	たまねぎ えのきだけ	米粉パン タルタルソース	油	
14 (火)	ごはん 牛乳 厚揚げの中華煮 荳わかめのサラダ 小魚	牛乳 厚揚げ 荳わかめ	豚肉 鶏肉 小魚	しょうが にんじん キャベツ	にんにく たまねぎ きゅうり	エリンギ えだまめ	米 さとう	じゃがいも ごま油	
15 (水)	ごはん 牛乳 きぬさやの卵とじ 豚汁	牛乳 高野豆腐 豚肉 みそ	鶏肉 卵 油揚げ	にんじん だいこん	たまねぎ ごぼう	さやえんどう ねぎ	米 でんぷん さつまいも	さとう 油 こんにゃく	
16 (木)	ごはん 牛乳 チンジャオロースー 中華スープ	牛乳 ベーコン	牛肉	しょうが だけのこ にんじん チンゲンサイ	ピーマン たまねぎ えのきだけ	赤ピーマン もやし キャベツ	米 さとう	油 はるさめ	
17 (金)	【食育の日～和食献立～】 ごはん 牛乳 さわらの梅だれかけ そら豆の甘煮 ばち汁 	牛乳 かまぼこ	さわら 油揚げ	梅 だいこん	そら豆 たまねぎ	にんじん ねぎ	米 でんぷん	さとう そうめんばち	
20 (月)	ごはん 牛乳 鶏肉の照り焼き ちくさあえ 赤だし	牛乳 ちくわ 油揚げ	鶏肉 とうふ 赤みそ	キャベツ にんじん だいこん	もやし とうもろこし しめじ	こまつな たまねぎ ねぎ	米 でんぷん	さとう	
21 (火)	ごはん 牛乳 じゃがいものそぼろ煮 ちりめんあえ	牛乳 がんもどき	鶏肉 ちりめん	にんじん キャベツ	たまねぎ もやし	さやいんげん えだまめ	米 こんにゃく 油	じゃがいも さとう	
22 (水)	わかめごはん 牛乳 焼きししゃも 即席漬け けんちん汁	牛乳 ししゃも 油揚げ	わかめ とうふ	こまつな だいこん ねぎ	キャベツ にんじん	干しだいこん ごぼう	米 こんにゃく	さといも	
23 (木)	ソフトめんのみートソースかけ 牛乳 レモンサラダ あまなつかん	牛乳 豚肉	牛肉 鶏肉	たまねぎ しょうが トマト アスパラガス	にんじん グリーンピース キャベツ レモン	にんにく エリンギ 黄ピーマン あまなつかん	ソフトめん 油	さとう	
24 (金)	ごはん 牛乳 豚肉のみそ煮 ひじきのあえ物	牛乳 厚揚げ ひじき	豚肉 赤みそ ちりめん	だいこん えだまめ	にんじん キャベツ	たまねぎ とうもろこし	米 こんにゃく マヨネーズ	じゃがいも さとう	
27 (月)	パン 牛乳 チキンビーンズ イタリアンサラダ 冷凍みかん	牛乳 鶏肉	大豆 ハム	たまねぎ グリーンピース きゅうり みかん	にんじん トマト とうもろこし	マッシュルーム キャベツ 赤ピーマン	米粉パン さとう	じゃがいも	
28 (火)	ごはん 牛乳 きびなごフライ きんぴら たまねぎのみそ汁	牛乳 豚肉 わかめ	きびなごフライ とうふ みそ	ごぼう たまねぎ ねぎ	にんじん はくさい	さやいんげん しめじ	米 さとう	油 ごま油	
29 (水)	チャーハン 牛乳 中華あえ はるさめスープ	牛乳 ツナ	焼豚 ウインナー	にんにく とうもろこし きゅうり えのきだけ	たまねぎ えだまめ チンゲンサイ ねぎ	にんじん だいこん 赤ピーマン	米 はるさめ	油 じゃがいも	
30 (木)	ごはん 牛乳 鮭の塩焼き 甘酢あえ かしわ汁	牛乳 鶏肉	鮭 油揚げ	キャベツ とうもろこし ごぼう	きゅうり だいこん ねぎ	もやし にんじん	米 こんにゃく	さとう	
31 (金)	ごはん 牛乳 筑前煮 酢の物	牛乳 厚揚げ わかめ	鶏肉 たこ	ごぼう さやいんげん	にんじん だいこん	れんこん きゅうり	米 じゃがいも さとう	こんにゃく 油	

※都合により献立を変更することがあります。