

5月分 学校給食予定献立表



令和8年度

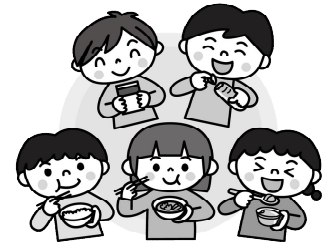
南部学校給食センター

日・曜	献立名	あかの食品	きいろの食品	みどりの食品	栄養価 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
		おもに体をつくる	おもに熱や力のもとになる	おもに体の調子を整える	
1・金	ソフトフランスパン		パン		581kcal
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			26.9g
	しろみざかなフライ	しろみざかなフライ	あぶら		22.7g
	ABCマカロニスープ あおなとコーンのソテー	とりにく ウインナーソーセージ	マカロニ あぶら	たまねぎ にんじん キャベツ とうもろこし こまつな	2.5g
7・木	おたのしみ (こどものひ)	とりにく あぶらあげ	あぶら さとう こめ	たけのこ にんじん	604kcal
		ぎゅうにゅう			28.1g
		あかうお	かたくりこ あぶら	しょうが	21.9g
		とうふ かまぼこ わかめ	かしわもち	にんじん ねぎ	2.2g
8・金	ロールパン		パン		588kcal
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			25.7g
	ラザニア	ぶたにく チーズ クリーム	あぶら ワンタンのかわ	にんにく たまねぎ にんじん パセリ	25.7g
	しろいんげんまめのスープ	とりにく いんげんまめ		たまねぎ にんじん キャベツ セロリー	2.5g
11・月	ごはん		ごはん		578kcal
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			24.7g
	にくじゃが	ぶたにく	さとう じゃがいも	たまねぎ にんじん しらたき	13.0g
	かつおあえ	かまぼこ かつおぶし		キャベツ こまつな	1.6g
12・火	ごはん		ごはん		588kcal
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			24.8g
	とりそぼろどんのぐ ぐたくさんみそしる	とりにく だいたまご あぶらあげ とうふ みそ	さとう じゃがいも	しょうが ごぼう にんじん だいこん ねぎ	16.9g 1.7g
	13・水	ごはん		ごはん	
ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			27.5g
チンジャオロースー		ぶたにく	あぶら さとう かたくりこ	にんにく しょうが たまねぎ たけのこ ピーマン にんじん	16.6g 2.0g
ごもくスープ		とりにく		たまねぎ しょうが にんじん ほししいたけ ねぎ こまつな	
14・木	ごはん		ごはん		632kcal
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			28.7g
	かつおのケチャップあえ	かつお	かたくりこ コーンスターチ あぶら さとう	しょうが にんにく	17.1g 2.1g
	さわにわん のりごまあえ	ぶたにく あぶらあげ のり	ごま さとう	ごぼう たまねぎ にんじん だいこん にんじん キャベツ ほうれんそう もやし	
15・金	コッペパン		パン		617kcal
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			25.3g
	ツナポテト	ツナ	じゃがいも マヨネーズ(たまごなし)	たまねぎ パセリ	26.9g
	ミートボールのスープに アセロラゼリー	ミートボール		たまねぎ にんじん だいこん こまつな アセロラゼリー	2.9g
18・月	マーラーカオ		マーラーカオ		586kcal
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			25.7g
	むしちゅうかめん		ちゅうかめん		25.5g
	ピリからみそタンメン あげしゅうまい(2こ)	ぶたにく みそ とうふ ポークしゅうまい	あぶら かたくりこ あぶら	しょうが にんにく にんじん たまねぎ キャベツ はくさいキムチ ねぎ もやし いら	2.6g
19・火	ごはん		ごはん		664kcal
	のむヨーグルト	のむヨーグルト			23.6g
	ベ이스ターズせいせいりょうカレー	ぶたにく	あぶら さとう こむぎこ	しょうが にんにく たまねぎ にんじん	12.8g
	ステラサラダ	ツナ	マカロニ あぶら さとう	とうもろこし キャベツ	1.8g
20・水	ごはん		ごはん		591kcal
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			26.4g
	とりにくのこうみやき	とりにく	さとう	しょうが にんにく ねぎ	18.0g
	ぶたにくとたけのこのスープ キャベツのおひたし	ぶたにく わかめ かつおぶし		にんじん たまねぎ たけのこ キャベツ こまつな もやし	2.1g
☆ 21・木	ごはん		ごはん		571kcal
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			24.0g
	さばのみそに	さばのみそに			15.4g
	わふうじる	あぶらあげ		にんじん だいこん ほししいたけ ねぎ ほうれんそう	2.0g
22・金	ごまずあえ		さとう ごま	にんじん キャベツ こまつな	
	くろコッペパン		パン		598kcal
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			28.5g
	とりにくのトマトに コールスロー	とりにく レンズまめ ハム	あぶら じゃがいも さとう あぶら さとう	たまねぎ にんじん エリンギ パセリ にんじん とうもろこし キャベツ きゅうり	20.9g 2.1g

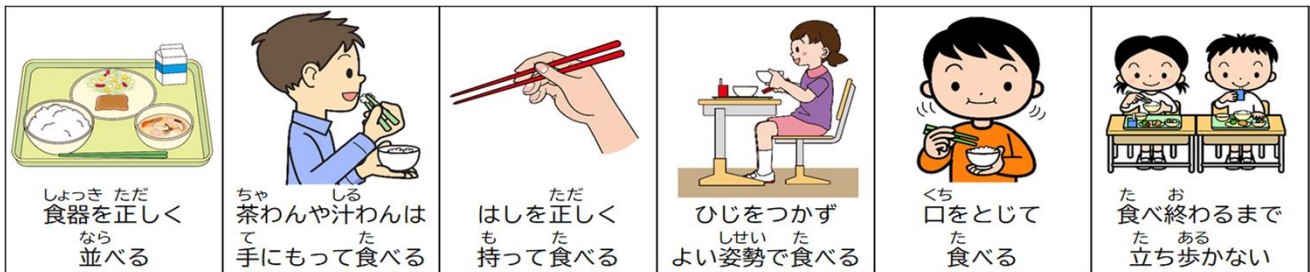
日・曜	献立名	あかの食品	きいろの食品	みどりの食品	栄養価 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
		おもに体をつくる	おもに熱や力のもとになる	おもに体の調子を整える	
25・月	ごはん		ごはん		645kcal 28.0g 18.8g 2.1g
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	いりどうふ	ぶたにく どうふ	あぶら さとう じゃがいも	たまねぎ にんじん	
	もやしのあえもの	ハム	あぶら さとう	にんじん きゅうり もやし	
	てづくりひじきふりかけ	ひじき かつおぶし	さとう ごま		
☆ 26・火	ごはん		ごはん		601kcal 30.3g 16.0g 2.2g
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	ますのおこうじやき	ます			
	とんじる	ぶたにく どうふ みそ	あぶら じゃがいも	ごぼう にんじん だいこん こんにゃく ねぎ	
	いそかあえ	かつおぶし のり	あぶら	キャベツ こまつな もやし	
27・水	ごはん		ごはん		578kcal 24.2g 17.9g 2.0g
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	ピピンバ	ぶたにく みそ	あぶら さとう	にんにく しょうが ぜんまい にんじん もやし こまつな	
	わかめスープ	とりにく どうふ わかめ	あぶら	にんじん ねぎ	
☆ 28・木	ごはん		ごはん		637kcal 26.2g 18.0g 2.4g
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	とうふハンバーグ	とうふハンバーグ	さとう かたくりこ		
	あおなとたまごのスープ	とりにく たまご	かたくりこ	たまねぎ にんじん ほしいたけ こまつな	
	きりほしだいごんのピリから	ぶたにく	あぶら さとう	こんにゃく きりほしだいごん にんじん	
29・金	せわりコッペパン		パン		605kcal 27.4g 25.8g 2.8g
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	スラッピージョー	ぶたにく レンズまめ	あぶら	にんにく たまねぎ トマト パセリ	
	やさいスープ	とりにく		たまねぎ にんじん キャベツ こまつな	
	フライドポテト		じゃがいも あぶら		

- ※ 食材等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。
- ※ 各学校で学校行事等により給食を実施しない日がありますので、各学校の行事予定をご確認ください。
- ※ 掲載されているもの以外の調味料等も使用しています。
- ※ ☆はパクパクあつぎ産デーです。太字の献立に、厚木市内で収穫された地場産物等を使用します。収穫状況等により、地場産物等を使用しない場合がありますので、ご了承ください。
- ※ 栄養価の算出は食品成分表(八訂)を使用しています。

おいしく楽しく食べるために！ 食事のマナーを守りましょう



食事は家族や友達といっしょに食べると、よりおいしく感じますね。
自分自身がおいしく楽しく食べることはもちろん、周りの人と気持ちよく食事をするために
ひとりひとりが食事のマナーを守ることが大切です。



☆給食に関する届出について☆

- 給食を停止する場合…病気やケガ等で連続して6日以上学校を休む場合は『学校給食申込変更届出書』（学校、市HPで入手可）に停止期間等をご記入の上、提出してください。
- 給食を再開する場合/喫食内容を変更する場合…再開時期や変更内容等を学校にご相談の上、『学校給食申込変更届出書』を提出してください。
- ※ 食材の調達、停止に平日中4日が必要となりますので、速やかに手続きを行ってください。

☆学校給食用食材について☆



産地(予定)



放射性物質
の測定結果