令和8年 5月

きゅうしょくこんだてよていひょう

岩国市北部学校給食センター

日	曜日	献立名		給食に使用している食品 おもに体をつくる食品（あかのなかま） 1群	2群	おもに体の調子をととのえる食品（みどりのなかま） 3群	4群	おもに熱や力になる食品（きいろのなかま） 5群	6群	栄養価 小学校 エネルギー / たんぱくしつ	中学校 エネルギー / たんぱくしつ	給食なしの学校
1	金	ごはん ハヤシシチュー あんにんフルーツ	牛 乳	ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ しめじ にんにく パイナップル おうとう みかん	こめ ハヤシルウ さとう	あぶら	608 20.0	755 23.8	錦中
7	木	ごはん チキンチキンごぼう たまねぎのみそしる	牛 乳	とりにく とうふ あぶらあげ みそ	ぎゅうにゅう にぼし(だし)	にんじん ねぎ	ごぼう たまねぎ えのき	こめ でんぷん さとう	あぶら	636 25.9	761 31.2	本郷中
8	金	たかなめし ゆずあえ タイピーエン	くまもとけんのりょうり 牛 乳	ぶたにく えび	ぎゅうにゅう	たかなづけ こまつな にんじん にんじん ねぎ	キャベツ もやし ゆず キャベツ きくらげ しょうが	こめ さとう さとう はるさめ	あぶら ごま ごまあぶら ごまあぶら	517 18.7	648 22.5	
11	月	ごはん ぶたにくのオイスターソースいため やせうまじる 【中】とうにゅうパンナコッタ	おおいたけんのりょうり 牛 乳	ぶたにく なまあげ とりにく けずりぶし(だし) とうにゅう	ぎゅうにゅう こんぶ(だし)	こまつな にんじん にんじん ねぎ	たまねぎ しょうが だいこん しいたけ いちご	こめ こむぎこ こんにゃく さとう でんぷん	あぶら ごまあぶら あぶら	670 29.4	824 32.9	錦清流小
12	火	コッペパン ミートソース よくばりスープ	牛 乳	ぶたにく ぎゅうにく だいず とうふ ベーコン とうふ いか えび	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ キャベツ たまねぎ	コッペパン パンこ さとう じゃがいも	あぶら あぶら	582 28.4	741 35.9	
13	水	ごはん ホイコーロー たまごスープ	牛 乳	ぶたにく あかみそ とうふ たまご	ぎゅうにゅう わかめ	ピーマン こまつな にんじん ねぎ	たまねぎ キャベツ にんにく しょうが たまねぎ	こめ さとう	ごまあぶら あぶら ごまあぶら	532 22.8	660 27.4	
14	木	ごはん かんこくふうにくじゃが バンバンジーふうサラダ	牛 乳	ぶたにく ちくわ とうふ あかみそ とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん さやいんげん	たまねぎ にんにく きくらげ きゅうり もやし	こめ じゃがいも こんにゃく さとう さとう	ごま ごまあぶら ごまあぶら ごまドレッシング	618 26.3	753 32.1	
15	金	まめごはん さわらのやさいあんかけ キャベツのみそしる	牛 乳	さわら とうふ あぶらあげ みそ	ぎゅうにゅう にぼし(だし)	にんじん ブロッコリー にんじん ねぎ	グリンピース たまねぎ しょうが きくらげ とうもろこし キャベツ たまねぎ	こめ さとう でんぷん	ごま あぶら	610 23.0	726 25.8	
18	月	わかめごはん（減） きつねうどん ひじきとだいずのサラダ	牛 乳	あぶらあげ とりにく けずりぶし(だし) ツナみずに だいず	ぎゅうにゅう わかめ こんぶ(だし) わかめ ひじき	こまつな にんじん	しろねぎ キャベツ とうもろこし	こめ うどん さとう	ごま ノンエッグマヨネーズ	622 25.8	822 32.3	美和小
19	火	ナン キーマカレー とうにゅうスープ ヨーグルト	牛 乳	ぶたにく レバー だいず ベーコン とうにゅう	ぎゅうにゅう ヨーグルト	にんじん トマト パセリ	にんにく しょうが たまねぎ キャベツ たまねぎ とうもろこし	ナン	あぶら あぶら	501 24.6	692 31.9	
20	水	ごはん いわしのうめに うのはなのいりに とうふのみそしる	牛 乳	いわし おから とうふ あぶらあげ みそ	ぎゅうにゅう わかめ にぼし(だし)	にんじん ねぎ にんじん ねぎ	うめ ごぼう しいたけ たまねぎ えのき	こめ さとう さとう じゃがいも	あぶら	567 22.4	688 25.4	宇佐川小 清流小
21	木	ごはん ビビンバ わかめスープ 【中】ベビーチーズ	牛 乳	ぶたにく あかみそ とうふ かまぼこ	ぎゅうにゅう わかめ ベビーチーズ	ほうれんそう にんじん にんじん ねぎ	にんにく しょうが もやし たまねぎ えのき	こめ さとう	あぶら ごまあぶら ごま ごまあぶら	537 23.4	720 31.3	
22	金	ごはん じゃがいものそぼろに ごまじゃこサラダ	牛 乳	とりにく だいず なまあげ とりにく	ぎゅうにゅう しらすぼし	にんじん さやいんげん	しょうが たまねぎ キャベツ セロリー たまねぎ	こめ じゃがいも こんにゃく さとう さとう	あぶら ごま ごまあぶら	602 23.8	733 29.1	美和中
25	月	ごはん ぶたにくとビーフンのいためもの ワンタンスープ	牛 乳	ぶたにく ワンタン とうふ	ぎゅうにゅう	にんじん ピーマン にんじん ちんげんさい	たけのこ たまねぎ しいたけ たまねぎ もやし	こめ ビーフン さとう	あぶら ごまあぶら	549 19.9	692 24.7	本郷小中
26	火	コッペパン ポークビーンズ ざっくりサラダ	牛 乳	ぶたにく だいず	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん ブロッコリー	たまねぎ グリンピース もやし	コッペパン じゃがいも さとう さとう	あぶら ごま	592 28.2	751 35.6	
27	水	ふきのまぜごはん あつやきたまご すましじる 【中】パリッシュ	牛 乳	ぶたにく あぶらあげ あつやきたまご とうふ けずりぶし(だし)	ぎゅうにゅう わかめ こんぶ(だし) かたくちいわし	にんじん にんじん	ふき しいたけ えのき	こめ さとう ふ	あぶら	579 24.1	709 30.3	
28	木	ごはん チキンなんばん おかかあえ かぼちゃいりいももちじる	みやざきけんのりょうり 牛 乳	とりにく かつおぶし とうふ あぶらあげ けずりぶし(だし)	ぎゅうにゅう こんぶ(だし)	こまつな にんじん かぼちゃ にんじん ねぎ	もやし だいこん ごぼう	こめ さとう でんぷん さとう じゃがいも でんぷん	ノンエッグマヨネーズ あぶら	648 28.8	809 35.4	
29	金	ごはん さばのみそに いそかあえ つみれじる	牛 乳	さば みそ スケトウダラ とうふ けずりぶし(だし)	ぎゅうにゅう のり こんぶ(だし)	こまつな にんじん にんじん ほうれんそう かまぼこ ねぎ	もやし たまねぎ えのき	こめ さとう さとう でんぷん さとう		601 25.6	706 29.2	

＊休校・天候などの関係で、献立内容を変更することがあります。ご了承ください。