



5月こんだて表



令和7年5月号
中学校
日野町教育委員会

日曜日	スプーン	献立名	たんぱく質	無機質	炭水化物	脂質	ビタミン
1木		牛乳 麦ご飯 あじのかレーソース きゅうりとわかめの酢の物 すまし汁	あじ かまぼこ 鶏肉 豆腐 かまぼこ	牛乳 わかめ	米 大麦 でんぷん 砂糖	油 ごま油	きゅうり たまねぎ にんじん しめじ ねぎ
2金		牛乳 たけのご飯 肉団子の甘酢がらめ キャベツのみそ汁 かしわ餅	鶏肉 肉団子 豆腐 油揚げ みそ	牛乳	米 砂糖 でんぷん かしわ餅		たけのご キャベツ たまねぎ にんじん ねぎ こどもの日献立
7水		牛乳 麦ご飯 ビビンバ わかめスープ	牛肉 卵 かまぼこ 豆腐	牛乳 わかめ	米 大麦 砂糖	油 ごま油	にんにく こまつな もやし たまねぎ しめじ にんじん
8木		牛乳 ソフトめん 盛岡じゃじゃ麺 フロッコリーのかつお和え がんづき	豚肉 大豆 みそ かつおぶし 豆乳	牛乳	ソフトめん レンズ豆 砂糖 でんぷん ホットケーキミックス 黒砂糖	油 ごま	たまねぎ ししいたけ ねぎ にんにく しょうが ブロッコリー 国スポ・障スポ開催地めぐり「岩手県」
9金		牛乳 ご飯 鶏のから揚げ 中華サラダ チンゲン菜の中華スープ	鶏肉 豆腐	牛乳	米 でんぷん	油 ドレッシング ごま油	にんにく しょうが キャベツ にんじん とうもろこし チンゲン菜 たまねぎ にんじん
12月		牛乳 ご飯 鶏肉のすき焼き 春雨の酢の物	鶏肉 焼き豆腐 ツナ	牛乳	米 ふ 砂糖 マロニー	ごま油	たまねぎ 白菜 白ねぎ ごぼう こんにゃく にんじん きゅうり
13火		牛乳 ミニコッペパン ボロネーゼスパゲティ キャベツサラダ	豚肉 大豆		パン スパゲティ	オリーブ油 ドレッシング	たまねぎ にんにく トマト キャベツ ブロッコリー
14水		牛乳 ご飯 かつおの甘辛揚げ ゆかり和え かきたま汁	かつお 卵 豆腐 かまぼこ	牛乳	米 でんぷん 砂糖	油	しょうが キャベツ きゅうり 赤しそ たまねぎ ねぎ
19月		牛乳 麦ご飯 ハヤシシチュー 日野菜のポテトサラダ	豚肉	牛乳	米 大麦 じゃがいも	油 ハヤシルウ ドレッシング	にんにく たまねぎ にんじん しめじ トマト 日野菜 とうもろこし ブロッコリー
20火		牛乳 コッペパン ハンバーグケチャップソース キャベツのソテー ポテトスープ	ハンバーグ 鶏肉	牛乳	パン 砂糖 じゃがいも	油	キャベツ とうもろこし ピーマン にんじん たまねぎ
21水		牛乳 麦ご飯 カレイのから揚げ なめたけ和え 豚汁	カレイ 豚肉 豆腐 みそ	牛乳	米 大麦	油	白菜 小松菜 なめたけ にんじん 大根 ごぼう こんにゃく ねぎ
22木		牛乳 中華めん 焼きぎょうざ ピリ辛きゅうり ちゃんぽん汁	ぎょうざ 豚肉 かまぼこ	牛乳	中華めん 砂糖	ごま油	きゅうり キャベツ もやし にんじん とうもろこし ねぎ
23金		牛乳 麦ご飯 エビ千り バンバンジーサラダ 春雨スープ	えび 鶏肉 豆腐	牛乳	米 大麦 春雨	油 ドレッシング	きゅうり もやし チンゲン菜 たまねぎ にんじん
26月		牛乳 わかめご飯 高野豆腐の煮物 キャベツのかりかり和え	高野豆腐 鶏肉	わかめ 牛乳	米 砂糖		にんじん さやいんげん ししいたけ たまねぎ こんにゃく キャベツ 小松菜 つぼ漬け
27火		牛乳 きなこ揚げパン ツナオムレツ ポトフ	きなこ ツナ 卵 鶏肉	牛乳	パン グラニュー糖 じゃがいも	油	たまねぎ にんじん キャベツ
28水		牛乳 麦ご飯 鮭の日野菜マヨ焼き 白菜の昆布和え かぼちゃのみそ汁	さけ 豆腐 油揚げ みそ	牛乳 昆布	米 大麦	ドレッシング	日野菜 白菜 水菜 かぼちゃ しめじ たまねぎ にんじん ねぎ
29木		牛乳 ご飯 豚キムチ 豆腐スープ チーズ	豚肉 豆腐 かまぼこ	牛乳 わかめ チーズ	米 砂糖	ごま油	にんにく しょうが キムチ たまねぎ チンゲン菜 もやし にんじん たまねぎ しめじ
30金		牛乳 ご飯 さわらの照り焼き 切干大根の炒め煮 小松菜のみそ汁	さわら 油揚げ 豚肉 みそ	牛乳 茎わかめ	米 砂糖 でんぷん	油	切干大根 にんじん にんじん 白菜 たまねぎ 小松菜

※5月15日(木)・16日(金)は春季総体のため給食がありません。
★材料・学校行事の都合により、献立を変更することもありますのでご了承ください。
◆スプーンマークの付いた日は、スプーンを持ってくるとよい給食です。

お願い：5月分の給食費の口座振替日は、6月2日(月)です。5月分の再振替日は6月16日(月)です。口座残高の確認をお願いします。