

5月の献立予定表

新発田市学校給食紫雲寺共同調理場
令和8年度 5月

日	曜	こ ん だ て			お も な 使 用 食 品					エネルギー 上段：小学校 下段：中学校	給食予定	
		主 食	の み も の	お か す	あか おもに体を作る たんぱく質	カルシウム	みどり おもに体の調子をととのえる カロテン	ビタミンCなど	まいろ おもに熱や力になる 炭水化物			脂質
1	金	ごはん	牛乳	こいのぼりハンバーグ のり酢あえ 沢煮わん・こどもの日デザート	とりにく,ぶたにく, あおだいす,かまぼこ	のり,牛乳	こまつな,にんじん, さやえんどう	たまねぎ,もやし,ごぼう, えのきたけ	米,さとう,かたくくりこ, じゃがいも,はるさめ		606 kcal 749 kcal	中学校なし
7	木	ゆで中華めん	牛乳	コーンしゅうまい かいそうサラダ 豆乳野菜スープ	ぶたにく,たいす, あやめみそ,とうにゅう	かいそうミックス, 牛乳	にんじん,こまつな	キャベツ,きゅうり,とうもろこし, しょうが,にんにく,たまねぎ, もやし,メンマ,なごねぎ	こむぎこ,さとう	ごまあぶら	601 kcal 744 kcal	
8	金	菜めし	牛乳	ししゃも磯辺フライ やみつきもやし ごまみそけんちん汁	あつあげ,あやめみそ	牛乳	ひろしまな,きょうな, だいこんのは,にんじん	もやし,きゅうり,だいこん, ごぼう,こんにゃく,なごねぎ	米,さとう,じゃがいも	あぶら,ごまあぶら, ごま	656 kcal 768 kcal	
11	月	キャベツと豚肉のあんかけ丼(ごはん)	牛乳	春雨サラダ ヨーグルト	ぶたにく	ヨーグルト,牛乳	にんじん,チンゲンサイ	しょうが,にんにく,たまねぎ, たけのこ,キャベツ,きゅうり, もやし	米,さとう,かたくくりこ, はるさめ,りんごゼリー	あぶら,ごまあぶら, ごま	614 kcal 737 kcal	
12	火	ごはん	牛乳	チキンたれカツ コーン入りおひたし あさりのみそ汁	チキンカツ,ささみ, あつあげ,あさり,あやめみそ	牛乳	にんじん,ほうれんそう	とうもろこし,もやし, だいこん,えのきたけ,なごねぎ	米,さとう,じゃがいも	あぶら	604 kcal 737 kcal	
13	水	ごはん	牛乳	さば塩こうじ焼き まわかめのきんぴら キャベツ豚汁	さば,さつまあげ, ぶたにく,とうふ, あやめみそ	くわかめ,牛乳	にんじん,さやいんげん	こんにゃく,ごぼう, たまねぎ,キャベツ,なごねぎ	米,さとう	あぶら	652 kcal 791 kcal	
14	木	黒糖パン	牛乳	チーズオムレツ コールスローサラダ アスパラガスの豆乳ポタージュ	チーズオムレツ, ベーコン,しろいんげん, まめ,とうにゅう	牛乳,スキムミルク	にんじん,アスパラガス	キャベツ,とうもろこし, きゅうり,たまねぎ	こむぎこ,くろざとう, さとう,じゃがいも,米こ	オリーブオイル	616 kcal 773 kcal	
15	金	ごはん	牛乳	ヤンニョムチキン チョレギサラダ ねぎ塩スープ	とりにく,なると,とうふ	わかめ,のり,牛乳	にんじん	もやし,キャベツ, たけのこ,えのきたけ, メンマ,なごねぎ	米,さとう	あぶら,ごまあぶら	623 kcal 758 kcal	
18	月	ポークカレーライス(ごはん)	牛乳	(ポークカレー) ブロッコリーサラダ 冷凍パイ	ぶたにく,たいす	牛乳	にんじん,ブロッコリー	にんにく,しょうが, たまねぎ,キャベツ, とうもろこし,パインアップル	米,じゃがいも	あぶら,カレールウ, オリーブオイル	604 kcal 738 kcal	
19	火	食育の日献立 ごはん	牛乳	にしんの土佐煮 のり豆あえ こにもん	にしん,あおだいす, かまぼこ,とりにく	のり,牛乳	こまつな,にんじん, さやえんどう	もやし,キャベツ, しいたけ,ごぼう, たけのこ,こんにゃく	米,さとう,じゃがいも	ごま	610 kcal 736 kcal	
20	水	ごはん	牛乳	豚肉のケチャップ炒め 細切りポテトサラダ 春キャベツのスープ	ぶたにく,あやめみそ, ウィンナー	牛乳	にんじん,ピーマン	にんにく,しょうが, たまねぎ,きゅうり, キャベツ	米,さとう,かたくくりこ, じゃがいも	あぶら,オリーブオイル	623 kcal 766 kcal	
21	木	大麦めん	牛乳	信田煮 アーモンドあえ 和風かけ汁	とりにく,あぶらあげ, かまぼこ	牛乳	こまつな,にんじん	キャベツ,しいたけ, たまねぎ,たけのこ,なごねぎ	こむぎこ,餅,さとう	アーモンド	652 kcal 761 kcal	
22	金	ごはん	牛乳	ホキ竜田揚げ ごまきりざい みそかきたま汁	ホキ,なっとう, とうふ,あやめみそ, たまご	牛乳	こまつな,にんじん	たくあん,えのきたけ, たまねぎ,なごねぎ	米,じゃがいも, かたくくりこ	あぶら,ごま	613 kcal 747 kcal	
25	月	ごはん	牛乳	セルフ豆腐そぼろ丼の具 アスパラガスのごまあえ 塩ちゃんこスープ	あぶらあげ,とうふ, とりにく	牛乳	にんじん,アスパラガス	ごぼう,えだまめ, キャベツ,もやし, えのきたけ,たまねぎ, なごねぎ	米,さとう	あぶら,ごま	618 kcal 756 kcal	小学校なし
26	火	ごはん	ジョア	春巻き カレーもやし 豆腐のうま煮	とりにく,かまぼこ, とうふ	ジョア(ストロベリー)	にんじん,こまつな, チンゲンサイ	もやし,しょうが, たけのこ,きくらげ, たまねぎ	米,かたくくりこ	あぶら	627 kcal 801 kcal	
27	水	ごはん	牛乳	たまごやき こんぶあえ じゃがいものカレー煮	たまご,とうふ, しおこんぶ,ぶたにく, あつあげ	牛乳	にんじん	キャベツ,きゅうり, にんにく,たまねぎ, こんにゃく,なごねぎ	米,じゃがいも	あぶら	603 kcal 737 kcal	
28	木	米粉アップルパン	牛乳	えびカツ ビーンズポテトサラダ ミネストローネ	えび,だいす,ベーコン	牛乳	にんじん,トマト	りんご,とうもろこし, きゅうり,にんにく, セロリ,たまねぎ, キャベツ	パン,じゃがいも, さとう	あぶら	610 kcal 768 kcal	
29	金	ごはん	牛乳	肉だんご チャブチェ わかめとトックのスープ	ぶたにく,なると	わかめ,牛乳	にんじん,ピーマン	しょうが,にんにく, たまねぎ,もやし, メンマ,しいたけ, なごねぎ	米,さとう,はるさめ, とつく	ごまあぶら	605 kcal 745 kcal	

* 下線は新発田市産、太字は紫雲寺産のものを示します。
* 物価の変動や気候等により、献立が変更になることがあります。