

令和8年5月分学校給食予定献立表 (B)

銚田市立銚田学校給食センター

日	曜	献立	体調つくるもとなる食べ物	ねつや力ちとなる食べ物	体のちょうしをとのえる食べ物	小学校 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	中学校 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	備考	
1	金	主食 ごはん 主菜 こいのぼりがたハンバーグ (おろしソース) 副菜 ツナサラダ 他 わかたけしる ぎょうにゅう	なたにく とりにく なたにく わかめ どうろ ぎょうにゅう	こめ ラード さとう あらら さとう	しょうが にんにく たまねぎ だいこん りんご えだまめ キャベツ にんじん たまねぎ だけのこ にんじん ながねぎ えのき	620 27.4 22.2 2.6	765 31.7 24.6 3.1		
4	月	みどりの日							
5	火	こどもの日							
6	水	振替休日							
7	木	主食 ごはん 主菜 ロースホークあげぎょうざ (幼小中継2個) 副菜 かいそうサラダ 他 はっほうさい ぎょうにゅう	なたにく わかめ こんろ のり あかつのまた あつあげ なたにく ぎょうにゅう	こめ こまあらし さとう あらら こむぎこ あらら さとう あらら であらし さとう	キャベツ たまねぎ にら しょうが キャベツ きゅうり どうもろこし たまねぎ ほうきい にんじん たまねぎ チンゲンサイ しょうが	622 23.8 20.5 2.4	769 27.5 22.9 2.8		
8	金	主食 ごはん 主菜 ハヤシルウ 副菜 イタリアンサラダ 他 きゅうにゅう	なたにく なたにく ぎょうにゅう	こめ ひまわり油 あらら こむぎこ さとう あらら	たまねぎ にんじん マッシュルーム トマト どうもろこし にんじん キャベツ にんにく あかピーマン	616 19.5 20.9 3.1	774 23.1 23.8 3.7		
11	月	主食 ソフトめん 主菜 コーンとえだまめのやきまほこ 副菜 さつまポテトサラダ 他 ごもくさんさいうどんのしる ぎょうにゅう	ずけそうたら えそ あららあげ なたにく ぎょうにゅう	ソフトめん であらし あらら ひまわり油 さつままいち ノンエッグマヨネーズ さとう	どうもろこし えだまめ どうもろこし パセリ わらび みずら なめこ えのき ほうれんそう にんじん ながねぎ	663 26.7 18.7 3.6	763 30.1 20.5 4.2		
12	火	主食 ごはん 主菜 にくしゅうまい (幼小2個・中継3個) 副菜 チンジャオロース 他 ファンタンスープ ぎょうにゅう	なたにく なたにく なたにく ぎょうにゅう	こめ バニラ であらし さとう こむぎこ みずあめ であらし こまあらし あらら さとう こむぎこ こまあらし	しょうが たまねぎ だけのこ ピーマン にんじん にんにく しょうが ながねぎ にんじん ちやし ほうれんそう しょうが	616 25.7 18.9 2.1	800 32.3 22.5 2.6		
13	水	主食 ミニロールパン 主菜 チキンのとうにゅうクリームパグティ 副菜 きゃべつとコーンのサラダ 他 きゅうにゅう	とうにく とうにゅう ぎょうにゅう	こむぎこ さとう マーガリン こむぎこ あらら スパゲッティ あらら	パセリ たまねぎ にんじん ほうれんそう キャベツ どうもろこし にんじん きゅうり にんにく あかピーマン	640 23.7 21.4 2.0	754 27.7 24.0 2.4		
14	木	主食 ごはん 主菜 すきやきコロッケ 副菜 こんろあえ 他 さつまじる ぎょうにゅう	ぎょうにゅう にゅう こんろ あららあげ みそ とりにく ぎょうにゅう	こめ ひまわり油 さとう きゅうり バニラ であらし あらら さつままいち こんろやく	たまねぎ ながねぎ キャベツ にんじん にんじん だいこん こぼろ ながねぎ	654 20.3 21.7 2.5	803 24.0 24.3 2.9		
15	金	主食 ごはん 主菜 ツナそぼろ 副菜 にしよかあえ 他 のつべいしる ぎょうにゅう・ひゅうがなつゼリー	ツナ ツナ なたにく とうろ ぎょうにゅう	こめ さとう さいも であらし グラニューとう みずあめ	しょうが ほうれんそう にんじん だいこん にんじん ながねぎ けなげなつ	644 24.4 22.5 2.5	789 28.3 24.5 2.9		
18	月	主食 ごはん 主菜 たらちおフライ 副菜 もやしのかしらあえ 他 とんじる ぎょうにゅう	たらちお なたにく とうろ みそ ぎょうにゅう	バニラ こむぎこ あらら あらら こま ひまわり油 こんろやく だいこん にんじん ながねぎ こぼろ	ちやし きゅうり にんじん だいこん にんじん ながねぎ こぼろ	614 22.1 22.0 2.5	748 25.7 23.2 2.9		
19	火	主食 ごはん 主菜 つくばどりのつくね 副菜 みずなのサラダ 他 ほこたやさいのみそしる ぎょうにゅう	なたにく なたにく あせ あつあげ みそ ぎょうにゅう	こめ バニラ であらし さとう さつままいち こま さとう あらら	たまねぎ みずな えだまめ キャベツ キャベツ たまねぎ にんじん こまつ菜	634 22.2 22.2 2.1	779 25.4 24.4 2.5	銚田の日 献立	
20	水	主食 ミルクパン 主菜 たらしモンパジリやき 副菜 チキンサラダ 他 ミネストローネ ぎょうにゅう	ずけそうたら なたにく パーコ ぎょうにゅう	パン オリーブオイル ノンエッグマヨネーズ ひまわり油 マカロニ あらら	レモン パセリ パジリ キャベツ にんじん えだまめ たまねぎ にんじん キャベツ どうもろこし パセリ トマト	636 29.6 24.3 2.6	792 34.5 29.5 3.2		
21	木	お弁当の日							
22	金	主食 ごはん 主菜 ビーンズカレー 副菜 こんにゃくサラダ 他 きゅうにゅう	たいす とりにく たっぷりあえ チーズ ぎょうにゅう	こめ ひまわり油 あらら こむぎこ さとう ほうみつ ラード あらら こんにゃく であらし	たまねぎ にんじん にんにく しょうが トマト パセリ りんご キャベツ きゅうり ほうれんそう ながねぎ にんじん	625 19.5 18.5 2.7	783 23.0 21.2 3.2		
25	月	主食 ちゅうかめん 主菜 はるまき 副菜 ちゅうかあえ 他 みそラーメンしる ぎょうにゅう	なたにく なたにく なたにく みそ ぎょうにゅう	ちゅうかめん あらら こむぎこ さとう こまあめ であらし こまあらし はるまき こまあらし さとう あらら こまあらし こま さとう	たまねぎ キャベツ にんじん ちやし だけのこ きゅうり キャベツ にんじん たまねぎ にんじん ちやし にら にんにく しょうが ながねぎ どうもろこし りんご トマト	684 27.4 28.0 3.2	778 31.2 30.9 3.7		
26	火	主食 ごはん 主菜 なつどう 副菜 おひたし 他 にくしゅうが ぎょうにゅう	なつどう なたにく なたにく ぎょうにゅう	こめ さとう みずあめ ひまわり油 あらら こんろやく さとう ぎょうにゅう	ほうれんそう ちやし たまねぎ にんじん	641 24.1 14.9 2.1	814 30.3 17.9 2.7		
27	水	主食 はちみつパン 主菜 オムレツ 副菜 グリーンサラダ 他 ペンネのとうにゅうクリームに ぎょうにゅう	たまご なたにく なたにく とうろ ぎょうにゅう	パン さとう あらら であらし あらら マカロニ こむぎこ あらら	プロックリー キャベツ きゅうり にんにく あかピーマン たまねぎ にんじん ほうれんそう パセリ	617 24.3 25.4 2.9	787 30.1 30.6 3.0		
28	木	主食 ごはん 主菜 しらみさかなフライ 副菜 ちやしんじめ 他 どさんこしる ぎょうにゅう	ずけそうたら なたにく わかめ とうろ なたにく とうにゅう みそ ぎょうにゅう	こめ あらら バニラ こむぎこ あらら ひまわり油 あらら	にんじん たまねぎ ながねぎ ちやし にら にんにく ちやし にら にんじん えのき しょうが ちやし にんじん ながねぎ どうもろこし しょうが にんにく	642 28.3 21.0 2.9	798 33.1 24.0 3.3		
29	金	主食 ごはん 主菜 フルコギどんのぐ 副菜 トック 他 きゅうにゅう	なたにく あせ なたにく ぎょうにゅう	こめ こまあらし こま であらし さとう みずあめ こめ であらし	にんじん たまねぎ ながねぎ ちやし にら にんにく ほうきい にんじん ほうれんそう ながねぎ	615 27.6 16.7 2.2	770 32.7 18.6 2.6		

※ただし、こんにゃくはエネルギーにはなりません。

注：日献立表は銚田北幼・旭幼・銚田北小・旭小  
銚田北中・旭中・銚一附属中に配布しています。  
献立は事情により変更する場合がありますのでご了承下さい。

銚田市は徳島アントラースの  
ホームページです。



あさ 朝ごはんをしっかり食べて元気な毎日を！



献立表は銚田市の  
ホームページでも  
ご覧いただけます。

