



★材料や分量、アレルギーの表示については、こちらをご覧ください。

令和7年度 5月学校給食予定献立表（中学校）

※ハム、ベーコン、はんぺん、揚げかまぼこ、棒天、かまぼこ、ちくわには、卵や乳は含まれていません。
※献立の材料は、天候などにより変更することがありますので、ご了承下さい。
※春巻きやハンバーグなど、加工食品の原料を確認したい方は直接給食センターにお尋ねください。

東部学校給食センター 0957-22-6777

ひ に ち	よ う び	こ ん だ て め い	含まれるアレルギー	ざ い り ょ う						エネルギーkcal
				血や肉のもとになる		体の調子をととのえる		熱や力のもとになる		たんぱく質 g
				肉・魚・卵・豆 豆製品	牛乳・小魚 海藻	色のこい野菜	色のうすい野菜 くだもの・きのこ	こく類・いも類 さとう	脂質	
1	木	コッペパン	小麦、乳、大豆					コッペパン		784 36.5
		牛乳	乳		牛乳					
		ポークビーンズ	大豆、鶏肉、豚肉 りんご	豚肉 大豆		にんじん	たまねぎ セロリ グリーンピース	じゃがいも	油	
		オムレツ	卵	オムレツ						
		野菜サラダ	小麦、大豆			ブロッコリー	きゅうり とうもろこし	さとう	油	
2	金	麦ごはん						米 麦		810 30.0
		牛乳	乳		牛乳					
		若竹汁	小麦、大豆、鶏肉 魚だし	鶏肉 豆腐	わかめ	にんじん こねぎ	たけのこ			
		ぶりフライ	小麦、大豆、魚	ぶりフライ					油	
		彩りきんぴら	小麦、ごま、大豆			にんじん いんげん	こんにゃく ごぼう	さとう	ごま ごま油	
		柏餅	小麦、大豆				柏餅			
7	水	麦ごはん						米 麦		804 29.4
		牛乳	乳		牛乳					
		だんご汁	小麦、大豆、豚肉 魚だし	豚肉 油揚げ		にんじん	だいこん ごぼう 深ねぎ ししいたけ	ひとくちいもち さといも		
		鶏のから揚げ	小麦、大豆、鶏肉	鶏肉			しょうが	でん粉	油	
		かおりあえ				かおり	キャベツ きゅうり			
8	木	黒砂糖パン	小麦、乳、大豆					黒砂糖パン		823 31.6
		牛乳	乳		牛乳					
		コーンポタージュ	小麦、乳、牛肉 大豆、鶏肉、豚肉	ベーコン	スキムミルク チーズ	にんじん パセリ	たまねぎ とうもろこし	小麦粉	バター 油	
		ミンチカツ	小麦、大豆、鶏肉 豚肉	ミンチカツ					油	
		野菜ソテー	小麦、大豆、豚肉	豚肉			キャベツ もやし		油	
9	金	麦ごはん						米 麦		763 38.9
		牛乳	乳		牛乳					
		肉じゃが	小麦、大豆、豚肉	豚肉		にんじん きぬさや	たまねぎ こんにゃく	じゃがいも さとう		
		さばのごまみそかけ	小麦、ごま、さば 大豆、魚	さば みそ				さとう	ごま	
		おひたし	小麦、大豆			ほうれんそう にんじん	もやし	さとう		
12	月	ごはん						米		770 33.6
		牛乳	乳		牛乳					
		わかめスープ	小麦、ごま、大豆 鶏肉	鶏肉 豆腐	わかめ		たまねぎ えのきたけ しょうが 深ねぎ		ごま油 ごま	
		焼肉	小麦、ごま、大豆 豚肉、りんご	豚肉 みそ		ピーマン にんじん	キャベツ もやし にんにく しょうが りんご	さとう	ごま油 ごま	
		オレンジ	オレンジ				オレンジ			
13	火	麦ごはん						米 麦		809 29.3
		牛乳	乳		牛乳					
		チキンカレー ルウ	小麦、大豆、鶏肉 りんご	鶏肉		にんじん	たまねぎ りんご グリーンピース	じゃがいも		
		枝豆サラダ	小麦、大豆				えだまめ キャベツ きゅうり	さとう	オリーブ油	
		ヨーグルト	乳、ゼラチン		ヨーグルト					
14	水	麦ごはん						米 麦		819 36.5
		牛乳	乳		牛乳					
		豚肉とチンゲン菜のスープ	小麦、卵、大豆 鶏肉、豚肉	豚肉 うずらの卵		チンゲンサイ こねぎ	とうもろこし えのきたけ	さとう でん粉		
		揚げ魚のレモンソースかけ	小麦、大豆、魚	たら			レモン	さとう でん粉	油	
		ひじきのみそ炒め	小麦、大豆、鶏肉	鶏肉 大豆 みそ	ひじき	にんじん いんげん		さとう	油	
15	木	小コッペパン	小麦、乳、大豆					コッペパン		768 31.0
		牛乳	乳		牛乳					
		★今月の 郷土料理は 「長崎県」です。	えび、小麦、いか 大豆、鶏肉、豚肉 魚	豚肉 いか えび はんぺん 揚げかまぼこ		にんじん こねぎ	キャベツ もやし たまねぎ	ちゃんぽん	油	
		春巻き	小麦、大豆、豚肉					春巻き	油	
		きゅうりの中華あえ	小麦、ごま、大豆			にんじん	きゅうり	さとう	ごま油	
16	金	麦ごはん						米 麦		777 30.5
		牛乳	乳		牛乳					
		具だくさんみそ汁	大豆、魚だし	厚揚げ みそ		にんじん	こんにゃく たまねぎ 深ねぎ	じゃがいも		
		玄米入り平つくね	小麦、大豆、鶏肉 豚肉、魚だし	玄米入り平つくね						
		ビーフン炒め	小麦、ごま、大豆 豚肉、りんご	豚肉		にんじん	キャベツ たまねぎ	ビーフン	ごま油	

★今月の郷土料理は「長崎県」です。



※ハム、ベーコン、はんぺん、揚げかまぼこ、棒天、かまぼこ、ちくわには、卵や乳は含まれていません。
 ※献立の材料は、天候などにより変更することがありますので、ご了承下さい。
 ※春巻きやハンバーグなど、加工食品の原料を確認したい方は直接給食センターにお尋ねください。

東部学校給食センター 0957-22-6777

ひ に ち	よ う び	こ ん だ て め い	含まれるアレルギー	ざ い り ょ う					エネルギーkcal	
				血や肉のもとになる		体の調子をととのえる		熱や力のもとになる		たんぱく質g
				肉・魚・卵・豆 豆製品	牛乳・小魚 海藻	色のこい野菜	色のうすい野菜 くだもの・きのこ	こく類・いも類 さとう	脂質	
19	月	体育大会振替休日 								
20	火	麦ごはん						米 麦		771 29.3
		牛乳	乳		牛乳					
		筑前煮	小麦、大豆、鶏肉	鶏肉		にんじん いんげん	れんこん ごぼう たけのこ こんにゃく しいたけ	じゃがいも さとう	油	
		さば生姜煮	小麦、さば、大豆 魚	さば生姜煮						
		きゅうりとわかめの酢の物	小麦、ごま、大豆		わかめ		きゅうり もやし	さとう	ごま	
21	水	麦ごはん						米 麦		781 31.2
		牛乳	乳		牛乳					
		五目スープ	小麦、大豆、鶏肉 豚肉	豚肉 豆腐		にんじん こねぎ	たまねぎ たけのこ きくらげ しょうが	でん粉		
		鶏肉とレバーの アーモンドがらめ	小麦、大豆、鶏肉 ナッツ、アーモンド	レバー竜田揚げ 鶏肉		ピーマン にんじん	たまねぎ	でん粉 さとう	油 アーモンド	
		オレンジ	オレンジ				オレンジ			
22	木	パーカーハウスパン	小麦、乳、大豆					パーカーハウスパン		757 31.4
		牛乳	乳		牛乳					
		いんげん豆と野菜のスープ	小麦、大豆、鶏肉 豚肉	ベーコン 豚肉 白いんげん豆		にんじん パセリ	たまねぎ にんにく	じゃがいも マカロニ	油	
		焼きウインナー	豚肉	フランクフルト						
		フレンチサラダ	小麦、大豆				きゅうり キャベツ	さとう	油	
23	金	鶏ごぼうご飯	小麦、大豆、鶏肉	鶏肉		にんじん	ごぼう グリンピース しょうが	米 麦 さとう	油	764 28.6
		牛乳	乳		牛乳					
		かきたま汁	小麦、卵、大豆 魚、魚だし	卵 はんぺん		にんじん ほうれんそう	たまねぎ しいたけ	でん粉		
		かぼちゃ挽肉フライ	小麦、大豆、豚肉 りんご			かぼちゃ挽肉フライ			油	
		にらともやしの炒め物	小麦、ごま、大豆 豚肉	豚肉		にら	もやし		ごま油	
26	月	ごはん						米		781 29.7
		牛乳	乳		牛乳					
		じゃがいものそぼろ煮	小麦、大豆、豚肉	豚肉 厚揚げ		にんじん	たまねぎ こんにゃく グリンピース しょうが	じゃがいも でん粉 さとう		
		いわし梅の香揚げ	小麦、大豆、魚		いわし梅の香揚げ				油	
		ごまあえ	小麦、ごま、大豆			にんじん	もやし きゅうり	さとう	ごま	
27	火	ごはん						米		807 36.3
		牛乳	乳		牛乳					
		麻婆豆腐	小麦、ごま、大豆 豚肉	豆腐 豚肉 みそ		にんじん	たまねぎ しいたけ 深ねぎ しょうが	さとう でん粉	油 ごま油	
		しゅうまい	小麦、大豆、鶏肉 豚肉、貝	しゅうまい						
		ミニトマト				ミニトマト				
28	水	ごはん						米		775 30.8
		牛乳	乳		牛乳					
		みそ汁	大豆、魚だし	油揚げ みそ	わかめ	こねぎ	たまねぎ	じゃがいも		
		あじの南蛮漬け	小麦、ごま、大豆 魚	あじ				でん粉 さとう	油 ごま ごま油	
		からしあえ	小麦、大豆			ほうれんそう	とうもろこし きゅうり	さとう		
29	木	小 Coppéパン	小麦、乳、大豆					Coppéパン		773 32.9
		牛乳	乳		牛乳					
		スパゲッティミートソース	小麦、牛肉、大豆 豚肉、りんご	豚肉 牛肉		にんじん ピーマン トマト	たまねぎ マッシュルーム	スパゲッティ	油	
		ごまドレッシングサラダ	小麦、ごま、大豆				きゅうり キャベツ とうもろこし	さとう	油 ごま	
		チーズ	乳		チーズ					
30	金	麦ごはん						米 麦		777 35.0
		牛乳	乳		牛乳					
		親子丼 具	小麦、卵、大豆 鶏肉、魚だし	鶏肉 卵		にんじん	たまねぎ 深ねぎ	さとう でん粉		
		きびなごごまフライ	小麦、ごま、大豆 魚		きびなご ごまフライ				油	
		キャベツのソテー	小麦、大豆、豚肉	ベーコン			キャベツ		油	