



令和7年度 須賀川市立第三小学校 給食予定献立表<<5月>>



日	曜日	献立名	献立			調味料・その他	栄養価
			赤 主に体の組織の もとになる	黄 主に熱や力の もとになる	緑 主に体の調子を整える		
1	木	セルフサンド (食パン・ポテトサラダ) 豆乳チャウダー	牛乳・ハム・とり肉 豆乳	食パン・じゃがいも マカロニ・マヨネーズ バター	キャベツ・にんじん・きゅうり だいこん・たまねぎ・にんじん しめじ・ブロッコリー・コーン	塩・こしょう・酢 ペシャメルソース	エネルギーたんぱく質 643 Kcal 24.8 g 脂質 24.7 g 塩分 2.2 g
2	金	<こどもの日献立> たけのこごはん・キャベツと豆の和風あえ すまし汁・お祝いゼリー	牛乳・とり肉・油揚げ 大豆・ハム・かまぼこ とうふ	麦ごはん・油・さとう マヨネーズ・お祝いゼリー	たけのこ・にんじん・えだまめ キャベツ・ほうれんそう しめじ・ねぎ・こまつな	しょうゆ・酒 こしょう・塩 かつお厚削り	エネルギーたんぱく質 679 Kcal 28.3 g 脂質 22.3 g 塩分 2.4 g
7	水	麦ごはん・さばのみそ煮 おかかあえ・大根と油揚げのみそ汁	牛乳・さばのみそ煮 かつおぶし・油揚げ みそ	麦ごはん・じゃがいも	ほうれんそう・もやし だいこん・ねぎ	しょうゆ・煮干粉 かつお厚削り	エネルギーたんぱく質 598 Kcal 24.8 g 脂質 16.7 g 塩分 2.1 g
8	木	コッペパン・インドポテト ミネストローネ・いちごジャム	牛乳・まぐろフレーク とり肉	コッペパン・油・さとう じゃがいも・バター マカロニ	たまねぎ・カラーピーマン ねぎ・にんじん・パセリ いちごジャム	塩・しょうゆ カレー粉・こしょう コンソメ	エネルギーたんぱく質 691 Kcal 22.6 g 脂質 26.4 g 塩分 1.6 g
9	金	麦ごはん・マーボー豆腐 ハムとブロッコリーのあえもの	牛乳・とうふ・豚ひき肉 みそ・ハム	麦ごはん・油・さとう ごま油・片栗粉	ねぎ・にんじん・にら しょうが・にんにく だいこん・きゅうり	しょうゆ・みりん 豆板醤・塩・酢 こしょう	エネルギーたんぱく質 637 Kcal 25 g 脂質 21 g 塩分 1.9 g
12	月	麦ごはん・十和田バラ焼き わかめとじゃがいものみそ汁	牛乳・豚肉・とうふ わかめ・みそ	麦ごはん・油・さとう じゃがいも	しょうが・にんにく・もやし たまねぎ・にんじん・ねぎ りんごソース	酒・しょうゆ・みりん かつお節厚削り・煮干粉 コチュジャン	エネルギーたんぱく質 643 Kcal 23.4 g 脂質 21.8 g 塩分 1.7 g
13	火	黒砂糖コッペパン・水ぎょうざ 枝豆サラダ・ヨーグルト	牛乳・水ぎょうざ なると・ヨーグルト	黒砂糖コッペパン・油 ごま油・さとう	にんじん・チンゲンサイ はくさい・きゅうり・コーン キャベツ・えだまめ	しょうゆ・こしょう 鶏がらスープ・塩 酢	エネルギーたんぱく質 627 Kcal 23.9 g 脂質 19.6 g 塩分 2.7 g
14	水	麦ごはん・肉じゃが ひじきの五色あえ	牛乳・豚肉・ひじき 錦糸卵	麦ごはん・油・さとう じゃがいも・マヨネーズ	にんじん・たまねぎ・えだまめ しらたき・ほうれんそう もやし	しょうゆ・酒 かつお厚削り 塩・こしょう	エネルギーたんぱく質 657 Kcal 23.4 g 脂質 22.4 g 塩分 1.3 g
15	木	コッペパン・ボークビーンズ ほうれん草の卵チースあえ いちご&マーガリン	牛乳・大豆・豚肉 炒り卵・チース	コッペパン・じゃがいも 油・さとう いちご&マーガリン	たまねぎ・にんじん・パセリ トマト缶・ほうれんそう	ケチャップ・塩・こしょう ウスターソース しょうゆ・赤ワイン コンソメ	エネルギーたんぱく質 676 Kcal 27.3 g 脂質 26.1 g 塩分 2.4 g
16	金	<がんばれ運動会献立> 麦ごはん・ソースかつ 昆布とキャベツの浅漬け 大根と小松菜のみそ汁	牛乳・とんかつ・塩昆布 みそ	麦ごはん・油・さとう	レモン果汁・キャベツ・にんじん きゅうり・ねぎ・だいこん こまつな	中濃ソース・ケチャップ ウスターソース・みりん しょうゆ・こしょう 煮干粉・かつお厚削り	エネルギーたんぱく質 675 Kcal 25.1 g 脂質 23.3 g 塩分 2.1 g
19	月	繰替休業日					
20	火	コッペパン・豚しゃぶサラダ 米粉ワンタンのカレースープ はちみつ&マーガリン	牛乳・豚肉・とり肉	コッペパン・ごま・さとう 油・マヨネーズ 米粉ワンタン はちみつマーガリン	きゅうり・にんじん・きょうな キャベツ・もやし・たまねぎ チンゲンサイ・にんにく	しょうゆ・塩・こしょう カレー粉・カレールウ コンソメ	エネルギーたんぱく質 718 Kcal 25.1 g 脂質 33.7 g 塩分 2.5 g
21	水	<食育の日献立> 麦ごはん・鶏肉のごまみそ煮 干草あえ	牛乳・とり肉・いか 生揚げ・錦糸卵・みそ	麦ごはん・油・さとう ごま・ごま油	こんにゃく・だいこん ごぼう・たけのこ キャベツ・ほうれんそう にんじん・さやえんどう	しょうゆ・みりん・酢	エネルギーたんぱく質 633 Kcal 27.9 g 脂質 21.1 g 塩分 1.6 g
22	木	塩ラーメン(中華めん・塩ラーメンスープ) シュウマイ・ナムル	牛乳・豚肉・シュウマイ	中華めん・油 さとう・ごま油	にんじん・たまねぎ・きくらげ キャベツ・にら・もやし こまつな	塩ラーメンスープ 酢・しょうゆ	エネルギーたんぱく質 605 Kcal 26.8 g 脂質 19.6 g 塩分 2.3 g
23	金	<大阪・関西万博献立> かやくごはん・おかかマヨネーズ和え 田舎汁	牛乳・とり肉・油揚げ 味付けおかか・生揚げ みそ	麦ごはん・油・さとう マヨネーズ	にんじん・干しいたけ・ごぼう さやいんげん・きゅうり キャベツ・だいこん・ねぎ	しょうゆ・塩・酒 煮干粉・かつお厚削り	エネルギーたんぱく質 639 Kcal 23.9 g 脂質 23.5 g 塩分 2.6 g
26	月	<地産地消献立> 麦ごはん・厚焼き卵 きんぴらごぼう・さやえんどうのみそ汁	牛乳・厚焼き卵 豚ひき肉・とうふ みそ	麦ごはん・油・さとう ごま・じゃがいも	ごぼう・にんじん・こまつな 干しいたけ・しらたき さやえんどう・たまねぎ	みりん・しょうゆ・酒 煮干粉・かつお厚削り	エネルギーたんぱく質 621 Kcal 24.1 g 脂質 19 g 塩分 2.0 g
27	火	コッペパン・イタリアンサラダ ラビオリスープ・オレンジ クリームゴールド	牛乳・まぐろフレーク チーズ・とり肉・ラビオリ	コッペパン・油・さとう クリームゴールド	キャベツ・きゅうり・コーン カラーピーマン・にんにく セロリ・たまねぎ・にんじん トマト缶・パセリ・オレンジ	酢・塩・こしょう コンソメ しょうゆ	エネルギーたんぱく質 696 Kcal 25.9 g 脂質 29.7 g 塩分 2.7 g
28	水	麦ごはん・メンチカツ(ソース) シーザーサラダ・コンソメスープ	牛乳・メンチカツ 粉チーズ・豚肉	麦ごはん・油・さとう マヨネーズ・クルトン	きゅうり・ブロッコリー だいこん・にんじん たまねぎ・こまつな レモン果汁	中濃ソース・塩 コンソメ こしょう	エネルギーたんぱく質 759 Kcal 23.9 g 脂質 32.7 g 塩分 1.9 g
29	木	コッペパン・ジャーマンポテト ABCスープ・チョコクリーム	牛乳・ベーコン・とり肉	コッペパン・油 じゃがいも ABCマカロニ チョコクリーム	たまねぎ・にんじん・キャベツ ほうれんそう	塩・こしょう コンソメ・しょうゆ	エネルギーたんぱく質 619 Kcal 23 g 脂質 18.1 g 塩分 2.3 g
30	金	麦ごはん・ホイコーロー 春雨スープ・青のり小魚	牛乳・豚肉・とり肉 青のり小魚	麦ごはん・油・さとう 片栗粉・春雨	ピーマン・キャベツ・ねぎ たまねぎ・ほうれんそう にんじん・干しいたけ	酒・甜麺醬・豆板醬 しょうゆ・中華だし 塩・こしょう	エネルギーたんぱく質 605 Kcal 27.6 g 脂質 14.9 g 塩分 1.7 g

※材料の都合により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。

☆給食停止・開始について

- ・連絡を受けた3日後より停止・開始が可能となります。 転出や転入の場合、給食回数を日割り計算し精算いたします。
- ・欠席またはその他の理由により給食を停止する場合、給食実施日数連続10日以上の場合返金いたします。ただし、連絡を受けた3日後から連続10日以上の場合となります。