

# 5月 献立 表

令和8年4月27日  
府中町立府中中学校



日曜日	1年	2年	3年	献立	材 料			エネルギーたんぱく質
					赤色(血や肉を作るもの)	緑色(体の調子をよくなるもの)	黄色(力や体温となるもの)	
1	○	○	○	牛乳 セルフ焼肉サンド (背割りコッペパン・焼肉・サラダ) 肉団子と大根のポトフ	牛乳 豚肉・牛肉 鶏肉・肉団子	にんにく・キャベツ・にんじん 玉ねぎ・にんじん・大根・パセリ	パン・砂糖・ノンエッグマヨネーズ じゃがいも	729kcal 28.7g
7	○	○	○	牛乳 豆ごはん 梅しそ肉団子 里いもの赤だし かしわもち	牛乳 鶏肉・豚肉 わかめ・赤みそ・みそ・油揚げ	グリーンピース 玉ねぎ・にんじん・梅びしお 玉ねぎ・にんじん・えのきたけ・白ねぎ	アルファ化米 パン粉・砂糖・でんぷん・ごま油 麩・里いも かしわもち	720kcal 31.6g
8	○	○	○	牛乳 バターパン ビーフシチュー イタリアンサラダ	牛乳 牛肉 ハム	にんにく・しょうが・セロリ・にんじん 玉ねぎ・アスパラガス・しめじ キャベツ・きゅうり・にんじん・玉ねぎ	バターパン 砂糖・油・じゃがいも・小麦粉 バター 砂糖・オリーブ油	744kcal 23.9g
11	○	○	○	牛乳 ごはん 呉の肉じゃが びり辛広島菜 しめじと豆腐の鶏スープ	牛乳 牛肉 かつお節 みそ・鶏肉・豆腐	玉ねぎ・こんにゃく 広島菜漬け・小松菜 しょうが・しめじ・なめこ・玉ねぎ・にんじん	米 じゃがいも・油・砂糖 ごま油・白ごま 白ごま・ごま油・砂糖	721kcal 26g
12	○	○	○	牛乳 もぶりごはん ししゃものごま焼き キムチ豚汁	牛乳 ちくわ・しらす干し ししゃも みそ・豚肉・油揚げ	にんじん・ごぼう・干しいたけ こんにゃく・いんげん しめじ・キムチ・玉ねぎ・にんじん 白ねぎ・にら	米・麦・油・砂糖 ごま油・白ごま・黒ごま ごま油・じゃがいも	723kcal 29.9g
13	○	○	○	牛乳 バターパン 塩焼きそば フルーツ白玉	牛乳 豚肉・ちくわ	玉ねぎ・キャベツ・にんじん・ピーマン みかん缶・レモン果汁	バターパン ごま油・焼きそば麺・油 レモンゼリー・白玉もち バナナ・マスカットゼリー・砂糖	775kcal 25.5g
14	○	○	○	牛乳 ひじきごはん かつおの磯辺揚げ 小松菜とちくわのすまし汁	牛乳 ひじき・鶏肉・油揚げ かつお・青のり 豆腐・ちくわ	にんじん・いんげん にんにく・しょうが 玉ねぎ・にんじん・白ねぎ・小松菜	アルファ化米・油・砂糖 天ぷら粉・油 麩	720kcal 39.9g
15	○	○	○	牛乳 黒糖パン マカロニグラタン ココロコンソメスープ	牛乳 鶏肉・牛乳・チーズ ベーコン	にんじん・玉ねぎ・しめじ・いんげん・パセリ 干しいたけ・セロリ・コーン にんじん・玉ねぎ	黒糖パン パン粉・マカロニ・油 じゃがいも・油	715kcal 29.5g
18	○	○	○	牛乳 かみかみキーマカレーライス じゃがいもとツナのドレッシングサラダ	牛乳 豚肉 かつお水煮	玉ねぎ・にんじん・セロリ・しめじ 干しいたけ・パセリ・にんにく しょうが・ごぼう・トマト きゅうり・にんじん	米・麦・油 じゃがいも・オリーブ油・砂糖	712kcal 24.2g

日曜日	1年	2年	3年	献立	材 料			エネルギーたんぱく質	
					赤色(血や肉を作るもの)	緑色(体の調子をよくなるもの)	黄色(力や体温となるもの)		
19	○	○	○	牛乳 麦ごはん 生揚げと野菜のみそ炒め ビーフンと塩昆布のナムル	牛乳 赤みそ・豚肉・生揚げ ちくわ・塩昆布	キャベツ・玉ねぎ・干しいたけ・にんじん 白ねぎ・しょうが・チンゲンサイ 小松菜・にんじん・コーン	米・麦 油・砂糖・でんぷん ごま油・砂糖・白ごま・ビーフン	777kcal 26.6g	
20	×	×	×	郡教研のため給食なし					
21	○	○	○	牛乳 ごはん さわらとじゃがいものレモン南蛮漬け キャベツと油揚げのみそ汁 しそわかめ佃煮	牛乳 さわら 油揚げ・みそ わかめ・しらす干し・かつお節	レモン果汁・玉ねぎ・にんじん・ピーマン 黄ピーマン キャベツ・玉ねぎ・にんじん・白ねぎ	じゃがいも・小麦粉・でんぷん・油 オリーブ油・砂糖 白ごま・砂糖・ごま油	731kcal 23.7g	
22	○	○	○	牛乳 黒糖パン 鶏肉のごまバターソース スパゲティサラダ ビーンズミネストローネ	牛乳 鶏肉 ハム 大豆・ウインナー	黒糖パン バター・白ごま にんじん・きゅうり・玉ねぎ キャベツ・トマト・玉ねぎ・にんじん	黒糖パン 砂糖・オリーブ油・スパゲティ オリーブ油・砂糖・じゃがいも	747kcal 33.8g	
25	○	○	○	牛乳 ごはん 野菜の土佐煮 みそ団子汁 たくあんのごまごま	牛乳 豚肉・かつお節 豆腐・油揚げ・みそ たまご・牛乳	にんじん・こんにゃく・たけのこ ごぼう・いんげん 玉ねぎ・にんじん・白ねぎ たくあん	米 砂糖・油 じゃがいも・白玉もち 白ごま・ごま油	722kcal 25g	
26	○	○	○	牛乳 豚肉とキムチの炊き込みごはん ほきの麺マヨ焼き わんたんスープ	牛乳 豚肉 ほき・青のり 豚肉	キムチ・白ねぎ・にら・にんじん・しめじ にんにく 玉ねぎ・小松菜・キャベツ・にんじん	アルファ化米・白ごま・ごま油 ノンエッグマヨネーズ ワンタンの皮・油	720kcal 31.3g	
27	○	○	○	牛乳 きつねうどん 切り干し大根とわかめのナムル マラーカオ	牛乳 鶏肉・油揚げ ちくわ・わかめ たまご・牛乳	玉ねぎ・にんじん・白ねぎ・えのきたけ・しめじ 切り干し大根・きゅうり・にんじん	うどん・砂糖 白ごま・砂糖・ごま油 ホットケーキミックス・砂糖・バター	714kcal 30.1g	
28	○	○	○	牛乳 麦ごはん みそだれチキンカツ もやしのごまカレーマヨあえ 沢煮碗	牛乳 みそ・鶏肉 ちくわ 油揚げ・豚肉	米・麦 砂糖・白ごま・小麦粉・パン粉・油 もやし・にんじん 白ごま・ノンエッグマヨネーズ・砂糖 ごぼう・にんじん・しめじ・たけのこ・三つ葉	813kcal 39.7g		
29	×	×	×	大運動会のため給食なし(弁当持参) *大運動会が中止となり、授業日となる場合も弁当持参					

\* 物資の都合等により献立内容を変更する場合があります。