

令和7年度5月分 小学校給食こんだて表

岸和田市教育委員会



新年度が始まり、1か月が経ちました。新しい環境には慣れましたか？給食当番がんばっていますか？「協力すること」も、給食で学ぶ大切なことの一つです。5月は少し疲れが出てくる時期かもしれません。朝・昼・夕3回の規則正しい食事を心がけて生活リズムを整えましょう。給食には春の食材もたくさん登場します。おたのしみに！



月		火		水		木		金	
5		6		7		8		9	
こどもの日		振り替え休日		●ぎゅうにゅう		●ぎゅうにゅう		●ぎゅうにゅう	
★年間もくひょう★ なかよく楽しく食事をしよう ☆5月のもくひょう☆ 食事のマナーを身につけよう		岸和田市 実施基準		今月の平均		■うずまきパン		ごはん	
		エネルギー (和加リ)		625		チキントマトシチュー		■こめ	
		たんぱく質 (パーセント)		13～20		●とりにく ▲にんにく ▲たまねぎ ▲にんじん ■じゃがいも ▲トマト(みず)に ■にゅう・こむぎなしブラウンルウ		ちゅうかどんのぐ	
		脂質 (パーセント)		20～30		ベーコンとアスパラガスのソテー		あげしゅうマイ	
						●ベーコン ▲グリーンアスパラガス ▲キャベツ		●●しゅうマイ(さかな) ■あぶら	
12		13		14		15		16	
●ぎゅうにゅう		●ぎゅうにゅう		●ぎゅうにゅう		●ぎゅうにゅう		●ぎゅうにゅう	
ごはん		ひじきごはん		■コッペパン		■コッペパン		ごはん	
■こめ		■こめ		■メープルシロップ		カレーソース		■こめ	
タコライスのぐ		りょうりしゅ		にくやさしいため		●ぶたにく ▲にんにく ▲たまねぎ ▲にんじん ▲ピーマン ■レンズめめ ■にゅう・こむぎなしホワイトルウ		●あじつけのり	
●ぶたにく ▲にんにく ▲たまねぎ ▲にんじん ▲トマト(みず)に		●ひじき ▲にんにく ●とりにく		●ぶたにく ▲にんにく ▲にんじん ▲たまねぎ ▲キャベツ ▲ピーマン		●ぶたにく ▲にんにく ▲たまねぎ ▲にんじん ▲ピーマン ■レンズめめ ■にゅう・こむぎなしホワイトルウ		かつおのたつたあげ	
■サラダあぶら ケチャップ ウスターソース しお・こしょう チリパウダー		こうやどうふのもの		フォー		レタススープ		すましじる	
●スライスチーズ		●こうやどうふ ▲にんじん ▲きぬさや ■さとう		●とりにく ▲にんにく ▲ふともやし ▲チンゲンサイ ▲にら ■フォー		●とりにく ▲にんにく ▲たまねぎ ▲えのきたけ ▲レタス		●とりにく ▲にんにく ▲たまねぎ ▲えのきたけ ▲わかめ ▲みつば	
もずくスープ		ぶたじる		とりがら あおねぎ つちしょうが うすくちしょうゆ しお こしょう		とりがら あおねぎ つちしょうが うすくちしょうゆ しお・こしょう		けずりばし だしこんぶ うすくちしょうゆ みりん しお	
●とりから ▲あおねぎ ▲つちしょうが ▲うすくちしょうゆ ▲しお ▲こしょう		●ぶたにく ▲たまねぎ ▲キャベツ ▲ふともやし		とりがら あおねぎ つちしょうが うすくちしょうゆ しお こしょう		とりがら あおねぎ つちしょうが うすくちしょうゆ しお・こしょう		けずりばし だしこんぶ うすくちしょうゆ みりん しお	
19		20		21		22		23	
●ぎゅうにゅう		●ぎゅうにゅう		●ぎゅうにゅう		●ぎゅうにゅう		●ぎゅうにゅう	
ごはん		ごはん		■コッペパン		■こくどうパン		ごはん	
■こめ		■こめ		ホキのバジルふうみやき		いためビーフン		■こめ	
▲やさしいふりかけ		ハヤシライスのぐ		●ホキ ▲たまねぎ ▲バジル		●ぶたにく ▲にんにく ▲たまねぎ ▲キャベツ ▲にら ■ビーフン		ぶたにくとまるてんののもの	
いわしのうめしそフライ		●ぎゅうにく ▲にんにく ▲たまねぎ ▲にんじん ■じゃがいも ▲トマト(みず)に ▲マッシュルーム ■サラダあぶら ■にゅう・こむぎなしブラウンルウ		●オリーブオイル しお こしょう		●ぶたにく ▲にんにく ▲たまねぎ ▲キャベツ ▲にら ■ビーフン		●ぶたにく ▲にんにく ▲たまねぎ ▲さんどめめ	
そうへいじる		やさいのようふうに		●フラン克福ルトソーセージ ▲にんじん ▲たまねぎ ■じゃがいも ▲キャベツ ▲パセリ		とりがら セロリ ローリエ うすくちしょうゆ しお こしょう		とうふのみそじる	
●ぶたにく ▲にんにく ▲たまねぎ ▲ごぼう ▲キャベツ ■さといも ▲ほししいたけ		●フラン克福ルトソーセージ ▲にんじん ▲たまねぎ ■じゃがいも ▲キャベツ ▲パセリ		とりがら セロリ ローリエ うすくちしょうゆ しお こしょう		●とりから ▲あおねぎ ▲つちしょうが ▲うすくちしょうゆ ▲しお ▲こしょう		●どうふ ▲にんにく ▲たまねぎ ▲ふともやし ■じゃがいも	
日本全国味めぐり② わかやまけん ～和歌山県～		フルーツミックス		とりがら セロリ ローリエ うすくちしょうゆ しお こしょう		とりがら あおねぎ つちしょうが うすくちしょうゆ しお こしょう		▲あおねぎ ●あかみそ ●しろみそ けずりばし	
26		27		28		29		30	
●ぎゅうにゅう		●ぎゅうにゅう		●ぎゅうにゅう		●ぎゅうにゅう		●ぎゅうにゅう	
ごはん		ごはん		■コッペパン		■コッペパン		とりめし	
■こめ		■こめ		はるさめのちゅうかに		やきソーセージ		■こめ	
さばのみそに		●あじつけのり		●ぶたにく ▲にんにく ▲たまねぎ ▲キャベツ ▲チンゲンサイ ■はるさめ		●やきソーセージ ●フラン克福ルトソーセージ		▲さとう しょうゆ・みりん りょうりしゅ	
●さば ▲つちしょうが ▲しろみそ ●あかみそ		ぶたじゃが		●ぶたにく ▲にんにく ▲たまねぎ ▲キャベツ ▲チンゲンサイ ■はるさめ		カレーキャベツぞえ		ちくわとこんにやくのいりに	
さわにわん		●ぶたにく ▲たまねぎ ▲にんにく ■じゃがいも ▲さんどめめ		とろろこんにやく しょうゆ しお こしょう		▲キャベツ しお		●やきちくわ ▲にんにく ▲ピーマン こんにやく	
●ぶたにく ▲ごぼう ▲にんにく ▲たまねぎ ▲えのきたけ ▲みつば		ツナとやさしいいためもの		だいずとこざかなのあげに		たまねぎスープ		みそじる	
けずりばし だしこんぶ うすくちしょうゆ みりん しお こしょう		●まぐろあぶらづけ ▲キャベツ ▲にんにく		●だいず ●ほしちりめん ■しろごま ■かたくりこ		●たまねぎ ▲とりにく ▲にんにく ■じゃがいも ▲パセリ ■サラダあぶら		とろろこんにやく しょうゆ しお こしょう	
		●まぐろあぶらづけ ▲キャベツ ▲にんにく		とろろこんにやく しょうゆ しお こしょう		とろろこんにやく しょうゆ しお こしょう		▲あおねぎ ●あかみそ ●しろみそ けずりばし	

■・・・き(ちからやねつになる) ●・・・あか(からだのにくや、ち、ほねになる) ▲・・・みどり(からだのちょうしをととのえる)

※やむをえない事情により内容を変更する場合があります。ご了承ください。

★「アレルギー情報」はこちら

岸和田市 小学校 給食献立

検索