

# たのしいきゅうしょく5月



令和7年5月の献立 美幌町学校給食センター

月	火	水	木	金
<p>5月5日 端午の節句</p>	<p><b>かしわもち</b></p> <p>端午の節句にかしわもちを食べてお祝いする風習があります。あん入りのもちをカシワの葉でくるんだもの。カシワは、新しい芽が出るまで古い葉が木に残っていることから、家が途絶えずに代々栄えていくようにとの願いが込められています。</p>	<p>1</p> <p>ごはん かぼちゃ団子汁 れんこん入りつくねの ねぎだしあんかけ(2個) 野菜炒め</p>	<p>2</p> <p>和風スパゲティ 美幌産アスパラのサラダ かしわもち</p> <p>JAびほろ様より寄贈される美幌産アスパラを提供します。</p>	
<p>5</p> <p>こどもの日</p>	<p>6</p> <p>振替休日</p>	<p>7</p> <p>キーマカレー 合わせるゼリー (みかんゼリー・ナタデココ ・ブルーベリーゼリー)</p>	<p>8</p> <p>ごはん 厚揚げと野菜の味噌汁 ヒレカツ(2個) /パックソース 野菜のさっぱりあえ</p>	<p>9</p> <p>焼きそばパン (背割りのコッパン/焼きそば) チンゲン菜のスープ 豚肉とキャベツの 塩だれ炒め</p>
<p>12</p> <p>ごはん ほうれん草と豆腐の味噌汁 若鶏もも炭火焼き きんぴらごぼう</p>	<p>13</p> <p>醤油ラーメン ショーロンポー (2個)</p>	<p>14</p> <p>ごはん 豚汁 さばの生姜煮 白菜とえのきの ポン酢和え</p>	<p>15</p> <p>ごはん なめこの味噌汁 肉じゃがコロッケ もやしと豚肉の チャプチェ</p>	<p>16</p> <p>バーガーパン かぼちゃポタージュ ハンバーグの ケチャップソースかけ コールスローサラダ</p>
<p>19</p> <p>ごはん/たまごふりかけ 豆腐とわかめの味噌汁 いわしの蒲焼き (小2個・中3個) フキと大根の煮物</p>	<p>20</p> <p>五目うどん タコdeたこ焼き /パックソース 焼きプリンタルト</p>	<p>21</p> <p>ごはん 肉団子のスープ 厚焼きたまご 麻婆豆腐</p>	<p>22</p> <p>ごはん キャベツの味噌汁 唐揚げ うま煮</p>	<p>23</p> <p>カレーライス 合わせるゼリー (レモンゼリー・ゆずゼリー みかんゼリー)</p>
<p>26</p> <p>ごはん 小松菜の味噌汁 鶏肉の味噌チーズ焼き 切干大根の煮付け</p>	<p>27</p> <p>ナポリタンスパゲティ 野菜グラタン アセロラゼリー</p>	<p>28</p> <p>ピリ辛肉味噌丼 五目スープ 焼き春巻き (小1個・中2個)</p>	<p>29</p> <p>ごはん 大根と油揚げの味噌汁 ホッケフライ /パックソース ひじきと厚揚げの煮物</p>	<p>30</p> <p>ココアパン 野菜スープ チキンナゲット (小2個・中3個) /パックケチャップ イタリアンサラダ</p>

ほねにきをつけてね

♪学校行事が変更となる場合があります。給食提供日や献立内容が変わることがあります。

♪13日と20日は美幌町にある三雄産業のひでちゃん小麦(美幌産)を使用しています。♪牛乳は毎日つきます。

♪給食費の納入月は、5月から翌年2月までになります。給食費の納入期限は、26日です。学校からのお知らせをご確認ください。

日	献立名	牛乳	赤の仲間(血や肉になる)	黄の仲間(熱や力の元になる)	緑の仲間(体の調子を整える)	1人分 - 小	1人分 - 中
1 木	ごはん	○		米		643 kcal	766 kcal
	かぼちゃ団子汁			でん粉	かぼちゃもち,人参,長ねぎ,ごぼう		
	れんこん入りつくねのねぎだしあんかけ		鶏肉,鶏卵,大豆	パン粉,上白糖,でん粉,大豆油	長ねぎ,玉ねぎ,れんこん		
	野菜炒め			サラダ油	コーン,人参,キャベツ,玉ねぎ,もやし		
2 金	和風スパゲティ	○	鶏肉	スパゲティ,オリーブ油	ピーマン,人参,玉ねぎ,キャベツ,しいたけ	633 kcal	770 kcal
	アスパラガスのサラダ		ウインナー	和風ドレッシング	アスパラガス,人参,コーン		
	かしわもち			もち粉,グラニュー糖,上新粉,あんこ			
7 水	キーマカレー	○	豚肉,大豆	米,上白糖	玉ねぎ,人参,にんにく,パセリ,トマト,ブルー	796 kcal	979 kcal
	合わせるゼリー			ナタデココ,みかんゼリー,ブルーベリーゼリー			
8 木	ごはん	○		米		636 kcal	774 kcal
	厚揚げと野菜の味噌汁		絹厚揚げ,味噌		白菜,人参,長ねぎ		
	ヒレカツ		豚肉,脱脂粉乳,大豆粉	パン粉,小麦粉,でん粉,キャノーラ油			
	野菜のさっぱり和え		ハム	ごま油,上白糖	もやし,ほうれん草,コーン		
9 金	背割りコッペパン	○		コッペパン		613 kcal	751 kcal
	チンゲン菜のスープ		高野豆腐,ベーコン	白ごま	チンゲン菜,人参,長ねぎ		
	焼きそば			焼きそば			
	豚肉とキャベツの塩だれ炒め		豚肉	ごま油	にんにく,キャベツ,もやし		
12 月	ごはん	○		米		620 kcal	750 kcal
	ほうれん草と豆腐の味噌汁		木綿豆腐,味噌		ほうれん草,人参,玉ねぎ		
	やわらか若鶏もも炭火焼き		鶏肉	でん粉,植物油			
	きんぴらごぼう		さつま揚げ	上白糖,ごま油	人参,ごぼう		
13 火	醤油ラーメン	○	豚肉,なると	ラーメン,白ごま	人参,白菜,長ねぎ,もやし,きくらげ	727 kcal	842 kcal
	ショーロンポー		豚肉	でん粉,春雨,でん粉	キャベツ,玉ねぎ,たけのこ,しいたけ,しょうが		
14 水	ごはん	○		米		635 kcal	752 kcal
	豚汁		豚肉,木綿豆腐,味噌	メークイン,つきこん	人参,大根,玉ねぎ,ごぼう,長ねぎ,しょうが		
	さば生姜煮		さば	水あめ,砂糖	しょうが		
	白菜とえのきのボン酢和え				白菜,人参,えのきだけ		
15 木	ごはん	○		米		670 kcal	799 kcal
	なめこの味噌汁		味噌		なめこ水煮,人参,大根,長ねぎ		
	肉じゃがコロッケ		牛肉	じゃが芋,パン粉,小麦粉,でん粉,砂糖,キャノーラ油	玉ねぎ		
	もやしと豚肉のチャブチェ		豚肉,オイスターソース,味噌	マロニー,上白糖	もやし,長ねぎ,しょうが,にんにく		
16 金	バーガーパン	○		バーガーパン		805 kcal	924 kcal
	かぼちゃのポターシュ		牛乳生クリーム		玉ねぎ,人参,かぼちゃ,パセリ		
	ハンバーグケチャップソース		鶏肉,豚肉	上白糖,でん粉	玉ねぎ,トマト,にんにく,しょうが		
	コールスローサラダ		ハム	コールスロードレッシング	キャベツ,コーン,きゅうり		
17 金	ごはん/たまごふりかけ	○		たまごふりかけ		637 kcal	825 kcal
	豆腐とわかめの味噌汁		木綿豆腐,わかめ,味噌		人参,玉ねぎ		
	いわしの蒲焼き		いわし	砂糖,水あめ,でん粉			
	ふきと大根の煮物		竹輪	上白糖	ふき,人参,大根,しょうが		
20 火	五目うどん	○	豚肉,油揚げ	うどん	白菜,人参,長ねぎ,しいたけ,玉ねぎ	595 kcal	718 kcal
	たこdeたこ焼き		たこ	小麦粉,揚げ玉,植物油,砂糖	キャベツ,長ねぎ,しょうが		
	焼きプリンタルト		豆乳,大豆粉	砂糖,米粉,植物油			
	ごはん			米			
21 水	肉団子スープ	○	鶏肉団子(乳・卵抜き)		人参,ごぼう,白菜,玉ねぎ,長ねぎ,しょうが	679 kcal	825 kcal
	厚焼きたまご		卵	砂糖,米粉,植物油,でん粉			
	麻婆豆腐		豚肉,冷凍豆腐,オイスターソース	上白糖,でん粉	長ねぎ,人参,玉ねぎ,にんにく,しょうが		
	ごはん			米			
22 木	キャベツの味噌汁	○	木綿豆腐,味噌		キャベツ,人参,長ねぎ	669 kcal	802 kcal
	唐揚げ		鶏肉	でん粉,砂糖,キャノーラ油	しょうが		
	うま煮		鶏肉	つきこん,上白糖	しいたけ,ごぼう,人参,たけのこ,いんげん		
	カレーライス		豚肉	米,メークイン,上白糖	しょうが,にんにく,人参,玉ねぎ,ブルー		
23 金	合わせるゼリー	○		レモンゼリー,みかんゼリー,ゆずゼリー		747 kcal	943 kcal
	ごはん			米			
26 月	小松菜の味噌汁	○	油揚げ,味噌		こまつな,人参,玉ねぎ	615 kcal	
	鶏肉の味噌チーズ焼き		鶏肉,味噌,チーズ	上白糖,マヨネーズ	レモン果汁		
	切干大根の煮付け		竹輪	上白糖	切干大根,人参		
	ナポリタンスパゲティ		ウインナー	スパゲティ,上白糖,オリーブ油	玉ねぎ,人参,ピーマン,しいたけ,トマト,ケチャップ		
27 火	野菜グラタン	○	豆乳,おから	じゃが芋,米粉,でん粉,砂糖,キャノーラ油	玉ねぎ,人参,コーン,ほうれん草	696 kcal	831 kcal
	アセロラゼリー			アセロラゼリー			
	ごはん			米			
28 水	ピリ辛肉味噌丼	○	豚肉	上白糖	しょうが,にんにく,玉ねぎ,人参,枝豆	697 kcal	915 kcal
	五目スープ		ハム,高野豆腐	白ごま	白菜,人参,長ねぎ		
	焼き春巻き		オイスターソース	小麦粉,春雨,でん粉,砂糖,植物油,ごま油	キャベツ,玉ねぎ,人参,長ねぎ		
	ごはん			米			
29 木	大根のみそ汁	○	油揚げ,味噌		大根,人参	670 kcal	810 kcal
	ホッケフライ		ホッケ	パン粉,小麦粉,キャノーラ油			
	ひじきと厚揚げの煮物		ひじき,絹厚揚げ	サラダ油,上白糖,白ごま	人参,枝豆		
	ココアパン			ココアパン			
30 金	野菜スープ	○	ベーコン	オリーブ油	玉ねぎ,ほうれん草,ふなしめじ	664 kcal	790 kcal
	チキンナゲット		鶏肉	でん粉,小麦粉,植物油	パックケチャップ		
	イタリアンサラダ		ハム	イタリアンドレッシング	キャベツ,きゅうり,赤ピーマン,黄ピーマン		

～ 5月に使用する食材の産地について ～

※町内産	※道内産	※国内産
麵(小麦)	精米,パン(小麦),味噌,醤油,豚肉,鶏肉,鶏卵,豆腐	しょうが,長ねぎ,人参(一部)
玉ねぎ	油揚げ,メークイン,ごぼう,もやし,ほうれん草,しいたけ	キャベツ(一部),チンゲン菜(一部)
	キャベツ(一部),チンゲン菜(一部),ピーマン(一部)	ピーマン(一部),白菜(一部)
	白菜(一部),コーン,きゅうり(一部),小松菜(一部)	きゅうり(一部),小松菜(一部)

赤・黄・緑で分類されている食材・調味料等は、全ての材料は記載されていません。

アクセスはこちら



たのしいきょうしよくのデータ版は左のQRコードからご覧いただけます。



栄養価平均値	小学校	中学校
エネルギー(kcal)	672	819
たんぱく質(g)	24.6	29
脂質(g)	21.8	25.5
食塩相当量(g)	2.8	3.6

※天候や生育状況により生産不足となり、産地が変わる場合もあります。御理解のほどよろしくお願い致します。