



# 令和7年 5月分学校給食予定献立表



今月の目標  
食べ物の働きを考えて好き嫌いを減らそう

阿久比町立学校給食センター  
AGUMOGU (あぐもぐ)

日	曜	献立名	主な材料とその働き						エネルギー (kcal) 小学校 中学校
			赤 体を作る		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる		
			1群 魚・肉・卵・大豆・大豆製品	2群 乳製品・小魚・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物・きのこ	5群 米・パン・めん・いも・砂糖	6群 油脂・種実	
1	木	むぎごはん 牛乳		牛乳			麦 米		663
		カレーライス	豚肉		にんじん	玉ねぎ にんにく しょうが りんご	小麦粉 じゃがいも 砂糖	菜種油	
		とりにくのハーブやき	鶏肉			しょうが		オリーブ油	
		クスクスのサラダ	えび			キャベツ きゅうり	クスクス	ドレッシング	
2	金	ごはん 牛乳		牛乳			米		715
		わかたけじる	豆腐	わかめ	にんじん	たけのこ 玉ねぎ えのきたけ ねぎ			
		かぶとがたハンバーグのたれかけ	鶏肉 豚肉 大豆			玉ねぎ	砂糖 でんぷん		
		ふきいりちらしずしのぐ	竹輪		にんじん	ふき 切り干し大根 しいたけ	砂糖		
		★かしわもち	さらにくばって、ごはん にまぜてね。				小豆 米粉 砂糖		
7	水	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 麦		586
		ワンタンスープ	豚肉		にんじん チンゲンサイ	玉ねぎ はくさい しょうが ねぎ しいたけ	ワンタン	ごま油	
		あおじそいりあじフライ	あじ		しそ		パン粉 小麦粉 でんぷん	菜種油	
		はるさめサラダ				キャベツ きゅうり もやし にんにく	はるさめ 砂糖	ごま ごま油	
8	木	ごはん 牛乳		牛乳			米		586
		ぶたじる	豚肉 豆腐 油揚げ みそ		にんじん	大根 こんにゃく ごぼう ねぎ			
		レバーいりつくね (小2個、中3個)	鶏肉 鶏レバー			玉ねぎ	でんぷん 米粉 砂糖	菜種油	
		うのはなのいりに	おから 竹輪		にんじん	えだまめ	砂糖	菜種油	
9	金	クロスロールパン 牛乳		牛乳			パン		676
		クリームスープ	鶏肉	牛乳 生クリーム チーズ	にんじん パセリ	玉ねぎ エリンギ	じゃがいも 小麦粉 白いんげん豆	バター 菜種油	
		ウインナーのトマトソース かけ	ウインナー		トマト		砂糖		
		だいこんサラダ	まぐろ			大根 切り干し大根 きゅうり コーン			
12	月	むぎごはん 牛乳		牛乳			麦 米		633
		ハヤシライス	豚肉		にんじん トマト	玉ねぎ エリンギ セロリ にんにく	ルウ 砂糖		
		ジャーマンポテト	ベーコン		パセリ		じゃがいも	菜種油	
		フルーツポンチ	豆乳			黄桃 パイン りんご果汁 ぶどう果汁	砂糖		
13	火	ごはん 牛乳		牛乳			米		630
		かきたまじる	卵 豆腐		にんじん	えのきたけ ねぎ 玉ねぎ	でんぷん		
		けんちんしのだの にくみそかけ	豆腐 油揚げ たら 豚肉 鶏レバー みそ	ひじき	にんじん	しょうが	砂糖 でんぷん	植物油	
		もやしのおひたし	まぐろ		にんじん 小松菜	もやし	砂糖		
14	水	うどん 牛乳		牛乳			うどん		581
		わふうじる	鶏肉 かつお節 油揚げ		にんじん	ねぎ 白菜 しいたけ	砂糖 でんぷん		
		かきあげ			にんじん しゅんぎく	玉ねぎ ごぼう	小麦粉 でんぷん	菜種油 パーム油	
		きりぼしだいこんの カレーいため	豚肉 大豆		さやいんげん	切り干し大根	砂糖	菜種油	
15	木	ごはん 牛乳		牛乳			米		594
		いりどり	鶏肉 竹輪 高野豆腐		にんじん さやいんげん	大根 たけのこ こんにゃく	砂糖	ごま油	
		いわしのうめしょうゆに	いわし		しそ		砂糖 でんぷん	植物油	
		いかときゅうりのすのもの	いか	わかめ		もやし きゅうり コーン	砂糖	ごま	
16	金	むぎごはん 牛乳		牛乳			麦 米		695
		マーボどうふ	豆腐 豚肉 みそ		にんじん	玉ねぎ ねぎ しょうが にんにく	砂糖 でんぷん	ごま油	
		はるまき	豚肉		にんじん いら	キャベツ もやし エリンギ	小麦粉 でんぷん	菜種油 大豆油	
		ビーフンいため	まぐろ			キャベツ もやし しょうが	砂糖 ビーフン	ごま油	

日 曜	献立名	主な材料とその働き						エネルギー (kcal) 小学校 中学校
		赤 体を作る		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる		
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	
		魚・肉・卵・大豆・大豆製品	乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・めん・いも・砂糖	油脂・種実	
19 月	ごはん 牛乳		牛乳			米		617
	けんちんじる	鶏肉 豆腐 油揚げ		にんじん	大根 ねぎ えのきたけ	でんぷん		
	さばのてりやき	さば			しょうが	でんぷん 砂糖		
	やさいのだいずあえ	ハム 大豆		小松菜 にんじん	キャベツ	砂糖		
20 火	ごはん 牛乳		牛乳			米		593
	しんたまねぎのみそしる	豆腐 油揚げ みそ		にんじん	玉ねぎ えのきたけ 大根 ねぎ			
	おこのみやきはんぺんのたれかけ	はんぺん			キャベツ しょうが	でんぷん 砂糖	植物油	
	ひじきとだいずのいために	豚肉 大豆	ひじき	にんじん	こんにゃく えだまめ	砂糖	菜種油 ごま油	
	★ピーチゼリー				もも	砂糖		
21 水	こがたロールパン 牛乳		牛乳			パン		634
	やきそば	いか 豚肉 竹輪	あおさ	にんじん 小松菜	キャベツ	めん	菜種油	
	れんこんサンドフライ	鶏肉			れんこん 玉ねぎ しいたけ	小麦粉 パン粉 でんぷん	菜種油	
	フルーツのヨーグルトあえ		ヨーグルト		みかん パイン ナタデココ	砂糖		
22 木	ごはん 牛乳		牛乳			米		624
	ゆばのすましじる	湯葉 豆腐 かまぼこ		にんじん 小松菜	玉ねぎ えのきたけ			
	さんまのぎんがみやき	さんま みそ				砂糖		
	きりぼしだいこんのごまずあえ	ハム			切り干し大根 キャベツ コーン	砂糖	ごま	
23 金	ごはん 牛乳		牛乳			米		650
	なまあげのちゅうかに	生揚げ 鶏肉		にんじん	玉ねぎ しょうが たけのこ えだまめ	砂糖 でんぷん	菜種油	
	ビビンバのぐ(にく・たまご)	豚肉 大豆 卵 みそ			にんにく	砂糖	菜種油	
	ビビンバのぐ(やさい)			にんじん 小松菜	もやし	砂糖	ごま ごま油	
26 月	ごはん 牛乳		牛乳			米		638
	たまふじる	鶏肉 豆腐 かまぼこ		小松菜	玉ねぎ えのきたけ	たまふ		
	コロケ	豚肉 牛肉		にんじん	玉ねぎ	じゃがいも パン粉 小麦粉	菜種油	
	にずあえ	油揚げ		にんじん	大根	砂糖	菜種油	
27 火	むぎごはん 牛乳		牛乳			麦 米		608
	にくじゃが	豚肉 はんぺん		にんじん さやいんげん	玉ねぎ こんにゃく	じゃがいも 砂糖	菜種油	
	はるさめとやさいのいためもの	まぐろ		にんじん 青ピーマン	玉ねぎ しょうが にんにく	春雨 砂糖 でんぷん	ごま油	
	おうとう				黄桃	砂糖		
28 水	ちゅうかめん 牛乳		牛乳			めん		591
	みそラーメン	焼き豚 みそ		にんじん	もやし 玉ねぎ コーン たけのこ ねぎ しょうが にんにく			
	やきぎょうざのすじょうゆかけ(小2個、中3個)	豚肉		にら	キャベツ 玉ねぎ	パン粉 小麦粉 砂糖 でんぷん		
	ひじきいりちゅうかサラダ	まぐろ	ひじき	赤ピーマン	キャベツ	砂糖	ごま油 ごま	
29 木	ごはん 牛乳		牛乳			米		611
	さわにわん	豚肉		にんじん	大根 えのきたけ ねぎ			
	あげどりのレモンふうみ	鶏肉			レモン果汁	砂糖 でんぷん	菜種油	
	たけのこのすみそあえ	竹輪 みそ			たけのこ もやし きゅうり	砂糖	ごま	
30 金	ごはん 牛乳		牛乳			米		645
	やさいスープ	ウインナー		にんじん 小松菜	玉ねぎ コーン	じゃがいも		
	オムレツ	卵				砂糖 でんぷん		
	チキンライスのぐ	鶏肉		にんじん	玉ねぎ エリンギ		菜種油	
	★はっこうにゅう		発酵乳					

〈今月の阿久比町の野菜〉



☆すべての食材を表記しているものではなく、加工食品については主な原料(1%以上)を表記しています。

☆材料の都合により献立を変更することがあります。

☆阿久比町では令和3年9月よりアレルギー対応除去食(卵・乳)を提供しています。

☆献立や食に関するお問い合わせ等は給食センターへお願いします。

TEL 48-5111 FAX 48-5114

平均値	小学校	629
	中学校	748
基準値	小学校	650
	中学校	830
給食予定回数		20回

★業者配送

※令和7年4月から令和8年3月までの間、物価高騰に対応するため、町が食材価格高騰相当分を負担しています。