

令和7年

5月 の予定献立表

※食物アレルギーのある児童・生徒は、給食を食べる前に
裏面の「詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。
家庭・学級においても毎日確認してください。

食品群	体内でのはたらき
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子をととのえる

恩納村学校給食センター
TEL 966-8515
FAX 982-3868

こ ん だ て	 <p>みんなは、食べ物の好き嫌いがありますか？ わたしたちは、食べるごとで、命を保ったり活動したり成長したりしています。毎日を元気にすごすためにも、好き嫌いをしないで残さず食べるようにしましょう。</p> <p>年齢が上がるにつれて食べられるようになる！?</p>  <p>幼稚園は苦手でも成長して食べられるようになるということがよく見られます。これは日常的に味やにおいなどを経験し、くりかえし食べることで食べ慣れていくためと考えられます。</p>		<p>1(木)</p> <p>牛乳 麦ごはん ししゃも塩焼き ひじき炒め さつま汁</p> <p>2(金)</p> <p>牛乳 竹の子ごはん 手作り卵焼き 大根のすまし汁 かしわ餅</p> 		
あか き みどり	<p>牛乳 ししゃも 鶏肉 ひじき チキアギ 大豆 油揚げ</p> <p>米 麦 油 三温糖 さつまいも</p> <p>こんにゃく 人参 あお豆 大根 長ねぎ</p>		<p>牛乳 鶏肉 油揚げ 卵 アーサ 豆腐 わかめ</p> <p>米 麦 油 三温糖 かしわもち</p> <p>人参 竹の子 椎茸 いんげん 玉ねぎ 大根 えのき茸</p>		
こ ん だ て	5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	
あか き みどり	 <p>いろいろな食べ物を食べられると世界が広がるよ！</p>	 <p>登校前に 毎日朝ごはん Go to school</p>	<p>牛乳 もちきびごはん 肉焼壳 鶏肉と野菜のオイスターソース炒め 春雨スープ</p>	<p>牛乳 煮込みうどん ゴーヤーのかき揚げ ごぼうとナツツの和え物 型抜きチーズ</p> 	9(金)
あか き みどり	牛乳 麦ごはん キーマカレー 手作りアセロラゼリー和え 	牛乳 麦ごはん 多菜包子 こんにゃくチャブチエ 豆腐ときのこのチゲスープ	牛乳 肉焼壳 鶏肉 ハム 米 もちきび でん粉 三温糖 ごま油 はるさめ ピーマン 人参 赤ピーマン 竹の子 もやし 小松菜 白菜 長ねぎ	牛乳 豚肉 白かまほこ ちくわ もずく 卵 ハム 型抜きチーズ うどん 油 小麦粉 揚げ油 アーモンド 三温糖 人参 玉ねぎ 長ねぎ 小松菜 椎茸 木くらげ にがうり ごぼう 胡瓜	牛乳 まぐろ 豚肉 豆腐 鶏肉 チキアギ 米 麦 三温糖 いりごま 黒ごま ごま油 玉ねぎ えのき茸 人参 ねぎ 大根 こんにゃく いんげん しめじ 木くらげ
こ ん だ て	12(月) 牛乳 麦ごはん キーマカレー 手作りアセロラゼリー和え 	13(火) 牛乳 麦ごはん 多菜包子 こんにゃくチャブチエ 豆腐ときのこのチゲスープ	牛乳 麦ごはん さばのゆず酢かけ 青菜の和え物 根菜のみぞ汁	牛乳 ハンダマごはん 揚げ豆腐野菜あんかけ シカムドウチ 果物	16(金) 牛乳 なすのミートスパゲティー カボチャひき肉フライ アーモンドサラダ ソフトフルーン
あか き みどり	牛乳 豚肉 鶏肉 大豆 白いんげん 米 麦 じゃが芋 小麦粉 マーガリン (乳・大豆) 油 砂糖 人参 玉ねぎ 小松菜 生姜 ブルーン アセロラ みかん缶 パイン	牛乳 多菜包子 豚肉 鶏肉 豆腐 米 麦 三温糖 でん粉 油 ごま油 糸こんにゃく コーン 小松菜 人参 玉ねぎ 椎茸 生姜 えのき茸 しめじ にら	牛乳 さば 鶏肉 米 麦 三温糖 でん粉 すりごま ごま油 里芋 ゆずの皮 小松菜 胡瓜 人参 もやし 大根 ごぼう ねぎ	牛乳 鶏肉 油揚げ 豚肉 白かまほこ 厚揚げ 米 油 揚げ油 三温糖 でん粉 椎茸 こんにゃく 人参 カリカリ梅 ごぼう ハンダマ 大根 白菜 玉ねぎ えのき茸 オレンジ	牛乳 豚肉 牛肉 大豆 レバー ハム スパゲティー 三温糖 油 揚げ油 アーモンド オリーブ油 人参 玉ねぎ なす マッシュルーム トマト缶 プロッコリー 大根 小松菜 ブルーン
こ ん だ て	19(月) 牛乳 麦ごはん もずく丼 鶏汁 果物 	20(火) 牛乳 パーカーハウスパン 白身魚フライ コールスローサラダ 麦入りパンプキンポタージュ	21(水) 牛乳 麦ごはん まぐろのレモンみそ焼き 筑前煮 はんぺん汁	22(木) 牛乳 キムタクごはん 焼き餃子 春雨サラダ 中華コーンスープ	23(金) 牛乳 麦ごはん グルクンのシークワーサーソースかけ ごまじゃこサラダ じゃがいものみぞ汁
あか き みどり	牛乳 もずく 豚肉 チキアギ 鶏肉 昆布 豆腐 米 麦 三温糖 油 でん粉 じゃが芋 人参 玉ねぎ 小松菜 大根 オレンジ	牛乳 白身魚フライ ツナ 鶏肉 白花豆 白いんげん豆 加工乳 脱脂粉乳 パーカーハウスパン 揚げ油 コールスロードレッシング 三温糖 じゃが芋 押し麦 小麦粉 マーガリン 油 キャベツ レッドキャベツ 胡瓜 コーン シークワーサー 南瓜 玉ねぎ かぼちゃ パセリ	牛乳 まぐろ 鶏肉 大豆 はんぺん 米 麦 三温糖 里芋 油 レモン 大根 人参 ごぼう 竹の子 こんにゃく しいたけ インゲン 小松菜 椎茸	牛乳 豚肉 ハム 卵 豆腐 米 麦 春雨 三温糖 ごま油 ごま でん粉 たくあん 人参 キムチ 木くらげ いんげん 胡瓜 クリームコーン コーン 玉ねぎ チンゲンサイ	牛乳 グルクン しらす 糸けずり 油揚げ 米 麦 小麦粉 でん粉 揚げ油 三温糖 ごま ごま油 じゃが芋 玉ねぎ 人参 赤ピーマン シークヮーサー キャベツ 胡瓜 山東菜
こ ん だ て	26(月) 牛乳 ゆかりごはん 鰯の照り焼き パパイヤサラダ あさりとキャベツのみぞ汁	27(火) 牛乳 黒糖揚げパン ジュリエンヌスープ ゴーヤーとささみのサラダ	28(水) 牛乳 ビビンバ 麦ごはん ビビンバ（肉・ナムル） ビビンバ（錦糸卵） 肉団子スープ	29(木) チキンピラフ 魚のマスタード焼き トマトポトフ 果物 ジョア	30(金) 牛乳 恩納みそラーメン ミニ肉まん キムチ和え
あか き みどり	牛乳 さば ハム あさり 米 麦 三温糖 アーモンド ゆかり 生姜 パパイヤ 大根 人参 胡瓜 シークワーサー えのき茸 キャベツ 小松菜	牛乳 きな粉 脱脂粉乳 ベーコン とりささみ コッペパン 揚げ油 三温糖 黒糖 アーモンド オリーブ油 キャベツ 玉ねぎ 人参 セロリ パセリ にがうり 大根 小松菜	牛乳 豚肉 錦糸卵 ミートボール 米 麦 三温糖 ごま油 でん粉 ごま 人参 玉ねぎ コーン あお豆 パセリ 赤ピーマン キャベツ トマト缶 オレンジ	牛乳 鶏肉 なると ミニ肉まん しらす 中華めん 中華めん ごま油 ごま 三温糖 生姜 玉ねぎ 人参 キャベツ コーン 小松菜 胡瓜 もやし	