



令和7年5月分学校給食基準献立予定表

中学校

給食実施日は学校、学年ごとに異なりますので、学校からの配布物等でご確認ください。
給食費口座引落日： 4・5月分は6月2日(月)です。残高不足にご注意ください。



横須賀市ホームページ
【給食費】

Bコース

日/曜	献立名	体内での働きと材料の種類						調味料など	栄養価	
		主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる			エネルギー	たんぱく質
		1群	2群	3群	4群	5群	6群		(kcal)	(g)
1 (木)	麦ごはん 牛乳 ほっけのたれカツ 炒めビーフン たまごスープ	ほっけフライ ベーコン 鶏肉 卵	牛乳	人参 ほうれん草	玉ねぎ キャベツ もやし	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) 砂糖 ビーフン 片栗粉	米油	しょうゆ 酒 みりん ポークスープ 塩 こしょう チキンスープ	760	25.1
2 (金)	ごはん 牛乳 とり肉とキャベツのポン酢炒め ごまあえ みそ汁	鶏肉 油揚げ みそ	牛乳	人参 ほうれん草	キャベツ 玉ねぎ もやし 大根 えのきたけ	米 強化米(Ca) 強化米(鉄) 砂糖 片栗粉 じゃがいも	米油 ごま	塩 しょうゆ 酢 ゆず果汁 かつお節	774	32.3
7 (水)	豚すき丼 牛乳 いそあえ もものタルト	豚肉 凍り豆腐	牛乳 のり	人参 ほうれん草	白菜 長ねぎ えのきたけ もやし	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) しらたき 砂糖 もものタルト	米油	しょうゆ 酒	844	33.4
8 (木)	そばろごはん 牛乳 塩ちゃんこ汁	豚ひき肉 大豆ミート 鶏肉	牛乳	人参 ほうれん草	玉ねぎ 切り干し大根 しょうが 大根 白菜 長ねぎ	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) 砂糖	米油	しょうゆ みりん 酒 チキンスープ かつお節 塩	776	35.6
9 (金)	麦ごはん 牛乳 ヤンニョムチキン 塩ナムル 野菜スープ	鶏肉 豚肉	牛乳	小松菜 人参 ほうれん草	長ねぎ もやし キャベツ 大根	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) 片栗粉 砂糖 じゃがいも	米油 ごま ごま油	ワイン コチジャン しょうゆ 一味唐辛子 トマトケチャップ 酒 みりん 塩 酢 ポークスープ こしょう	785	31.3
12 (月)	チキンカレー 牛乳 もやしのサラダ	鶏肉	牛乳	人参	玉ねぎ にんにく しょうが 炒め玉ねぎ もやし きゅうり	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) じゃがいも 米粉 砂糖	米油 サラダ油 ごま	チキンスープ 酢 カレー粉 塩 ウスターソース しょうゆ ローリエ トマトケチャップ	784	26.8
13 (火)	ごはん 牛乳 あじのピリカラソース 五目豆 のっぺい汁	あじ 大豆 豚肉 鶏肉	牛乳 切り昆布	人参 小松菜	長ねぎ しょうが にんにく 大根 ごぼう 干しいたけ	米 強化米(Ca) 強化米(鉄) 片栗粉 砂糖 こんにやく さといも	米油	しょうゆ 酒 豆板醤 かつお節 塩	772	33.5
14 (水)	麦ごはん 牛乳 豚肉と生揚げのオイスターソース炒め わかめサラダ トックスープ	豚肉 生揚げ 鶏肉	牛乳 わかめ	にら 人参 ほうれん草	もやし しょうが にんにく キャベツ きゅうり 大根	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) 砂糖 片栗粉 トック	ごま油 サラダ油	しょうゆ オイスターソース 酒 チキンスープ 塩 こしょう	807	33.1
15 (木)	チーズパン 牛乳 チキンカチャトーラ コールスローサラダ ABCスープ	鶏肉 ウインナー	牛乳	トマト缶 人参	玉ねぎ にんにく エリンギ マッシュルーム 炒め玉ねぎ キャベツ コーン	チーズパン 砂糖 米粉 マカロニ じゃがいも	オリーブ油 サラダ油	トマトピューレ 塩 チキンスープ こしょう ワイン 乾燥パセリ 乾燥バジル 酢 ポークスープ	810	40.7
16 (金)	チャーハン 牛乳 肉団子の甘酢あんかけ 豆腐と白菜のスープ いよかんゼリー	卵 ハム 肉団子 鶏肉 豆腐	牛乳	人参 ほうれん草	長ねぎ グリーンピース しょうが 白菜	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) 砂糖 片栗粉 いよかんゼリー	米油	オイスターソース しょうゆ チキンスープ 塩 こしょう 酢	776	31.7

※ 材料等の都合により、献立を変更する場合があります。



コース別学校一覧

Aコース・・・追浜 鷹取 田浦 坂本 不入斗 常葉 公郷 大矢部 大津 長井 武山 大楠

Bコース・・・池上 衣笠 馬堀 浦賀 鴨居 岩戸 久里浜 神明 野比 北下浦 長沢

Bコース

日/曜	献立名	体内での働きと材料の種類						調味料など	栄養価	
		主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる			エネルギー	たんぱく質
		1群	2群	3群	4群	5群	6群		(kcal)	(g)
19 (月)	麦ごはん 牛乳 とり肉のから揚げ ナムル だんご汁	鶏肉 豚肉 油揚げ	牛乳	ほうれん草 人参	もやし 大根	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) 片栗粉 白玉もち	米油 ごま油	塩 こしょう ワイン しょうゆ かつお節 みりん	837	34
20 (火)	ごはん 牛乳 とり肉のつけ焼き 五目きんぴら みそ汁	鶏肉 豚肉 油揚げ みそ	牛乳	人参 小松菜	しょうが ごぼう 干しいたけ キャベツ 大根	米 強化米(Ca) 強化米(鉄) つきこんにやく 砂糖 じゃがいも	米油 ごま	しょうゆ 酒 かつお節	795	34.2
21 (水)	ジャージャー丼 牛乳 春雨スープ ブルーベリータルト	豚ひき肉 大豆ミート とりレバー みそ 鶏肉	牛乳	人参 ほうれん草	長ねぎ もやし しょうが 干しいたけ キャベツ 玉ねぎ	米 麦 砂糖 強化米(Ca) 強化米(鉄) 片栗粉 緑豆春雨 ブルーベリータルト	ごま油	ポークスープ 塩 甜面醬 酒 みりん 豆板醬 チキンスープ こしょう しょうゆ	896	38.6
22 (木)	麦ごはん 牛乳 かつおのフライ おひたし 豚汁 ひじきのつくだ煮	かつおフライ 豚肉 豆腐 油揚げ みそ	牛乳 ひじき佃煮	ほうれん草 人参	キャベツ もやし 大根 ごぼう 長ねぎ	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) じゃがいも	米油	中濃ソース しょうゆ かつお節	809	30.1
23 (金)	ハッシュドチキン 牛乳 キャベツのサラダ	鶏肉	牛乳	人参	玉ねぎ 炒め玉ねぎ キャベツ きゅうり コーン	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) じゃがいも 砂糖 米粉	米油 サラダ油 ごま	チキンスープ こしょう デミグラスソース 酢 トマトケチャップ ローリエ 中濃ソース ワイン ナツメグ しょうゆ 塩	805	25.6
26 (月)	ガパオライス 牛乳 ビーフンスープ	豚ひき肉 大豆ミート 鶏肉	牛乳	ピーマン 人参 ほうれん草	玉ねぎ にんにく キャベツ	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) 砂糖 ビーフン	米油	しょうゆ 酒 みりん オイスターソース 一味唐辛子 豆板醬 こしょう 乾燥バジル チキンスープ 塩	777	36.4
27 (火)	麦ごはん 牛乳 てり焼きハンバーグ スパゲッティのケチャップあえ ジュリエヌスープ	ハンバーグ ベーコン 鶏肉	牛乳	人参 小松菜	玉ねぎ キャベツ	米 麦 砂糖 強化米(Ca) 強化米(鉄) 片栗粉 米粉 スパゲッティ	オリーブ油 米油	しょうゆ みりん 塩 ポークスープ こしょう トマトケチャップ トマトピューレ 中濃ソース ナツメグ チキンスープ	787	28.7
28 (水)	ごはん 牛乳 生揚げと野菜のカレーそばろ煮 浅漬け みそ汁 ヨーグルト	生揚げ 豚ひき肉 みそ	牛乳 ヨーグルト	人参 ほうれん草	玉ねぎ グリーンピース キャベツ 大根 きゅうり もやし	米 強化米(Ca) 強化米(鉄) じゃがいも 砂糖 片栗粉	米油 ごま	しょうゆ 酒 塩 カレー粉 かつお節	780	28.5
29 (木)	たけのこおこわ 牛乳 かじきのこほく揚げ 切り干し大根のサラダ 沢煮わん ぶどうゼリー	油揚げ かじき みそ 豚肉	牛乳	小松菜 人参	たけのこ しょうが 切り干し大根 もやし 白菜 長ねぎ 干しいたけ	米 もち米 強化米(Ca) 強化米(鉄) 砂糖 片栗粉 ぶどうゼリー	米油 サラダ油 ごま油 ごま	しょうゆ 酒 塩 酢 かつお節 みりん	813	30.9
30 (金)	ソフトフランス プルーン発酵乳 チキンフリカッセ ジャーマンポテト ほうれん草のサラダ	鶏肉 ウインナー	プルーン 発酵乳 牛乳 生クリーム	ほうれん草	玉ねぎ エリンギ マッシュルーム キャベツ コーン	ソフトフランス 米粉 じゃがいも 砂糖	米油 サラダ油	ワイン しょうゆ チキンスープ 塩 こしょう 酢 ナツメグ ローリエ 乾燥パセリ	804	38.4

◎献立ひとくちメモ

29日(木)たけのこおこわ

旬の食材を取り入れた料理として、たけのこおこわを提供します。



◎地場産物の使用予定

5月のキャベツ、きゅうりは神奈川県産を使用する予定です。

7日(水)いそあえ:きざみのりー 市内走水産

20日(火)五目きんぴら:豚肉ー 神奈川県産



横須賀市学校給食センター

〒238-0032 横須賀市平作5-28-10

電話 046-850-1276(中学校給食担当) 046-850-1272(給食費管理担当)

横須賀 給食

検索

横須賀市
ホームページ
【献立表・レシピ】

