

# 令和7年5月分学校給食基準献立予定表



## Cブロック

| 日/曜       | こ ん だ て 名                            | 体内での働きと材料の種類                         |                            |                                                | 調味料など                                                         | 平均栄養価           |              |
|-----------|--------------------------------------|--------------------------------------|----------------------------|------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|-----------------|--------------|
|           |                                      | (黄) おもに働く<br>力になる                    | (赤) おもに体を<br>つくる           | (緑) おもに体の<br>調子をととのえる                          |                                                               | エネルギー<br>(kcal) | たんぱく質<br>(g) |
| 1<br>(木)  | ごはん 牛乳<br>とり肉と凍り豆腐の揚げ煮<br>五目汁        | 米 かたくり粉<br>油 さとう<br>ごま               | 牛乳 とり肉<br>凍り豆腐             | しょうが 長ねぎ<br>にんじん たまねぎ<br>キャベツ もやし<br>小松菜       | しょうゆ 酒 みりん<br>かつお節 塩                                          | 627             | 22.1         |
| 2<br>(金)  | ジャージャー丼 牛乳<br>ごま酢あえ                  | 米 麦 油<br>さとう かたくり粉<br>ごま油 ごま         | ぶたひき肉<br>大豆ミート<br>みそ 牛乳    | にんじん 長ねぎ<br>もやし しょうが<br>干しいたけ<br>キャベツ 小松菜      | 酒 濃縮スープ<br>甜面醤 みりん<br>豆板醤 しょうゆ 酢                              | 597             | 23.7         |
| 7<br>(水)  | 麦ごはん 牛乳<br>焼き肉 ナムル                   | 米 麦 油<br>さとう ごま油<br>ごま               | 牛乳 ぶた肉                     | たまねぎ にんじん<br>ピーマン にんにく<br>しょうが もやし<br>キャベツ 小松菜 | 酒 しょうゆ ワイン                                                    | 570             | 22.7         |
| 8<br>(木)  | ルーローハン 牛乳<br>大根サラダ                   | 米 麦 油<br>ごま油 黒ごとう<br>さとう サラダ油<br>ごま  | ぶた肉<br>うずら卵水煮<br>牛乳        | しょうが 小松菜<br>だいこん にんじん<br>コーン                   | 酒 しょうゆ 酢<br>オイスターソース                                          | 631             | 25.4         |
| 9<br>(金)  | チキンカレー 牛乳<br>わかめのさっぱりサラダ             | 米 麦 油<br>じゃがいも<br>小麦粉<br>サラダ油        | とり肉 牛乳<br>わかめ              | にんじん たまねぎ<br>にんにく しょうが<br>キャベツ                 | 酒 カレー粉<br>濃縮スープ 塩<br>トマトケチャップ ソース<br>しょうゆ ローリエ 酢              | 648             | 21.4         |
| 12<br>(月) | ★とり肉のてり煮丼 牛乳<br>いそあえ                 | 米 麦 油<br>さとう かたくり粉                   | とり肉 牛乳<br>のり               | たまねぎ 長ねぎ<br>キャベツ にんじん<br>小松菜                   | 酒 しょうゆ みりん                                                    | 586             | 25.0         |
| 13<br>(火) | コッペパン 牛乳<br>ミートソースグラタン<br>コールスローサラダ  | パン マカロニ<br>油 さとう<br>小麦粉<br>サラダ油      | 牛乳<br>ぶたひき肉<br>チーズ         | たまねぎ にんじん<br>にんにく セロリ<br>キャベツ                  | 塩 濃縮スープ<br>トマトケチャップ<br>デミグラスソース<br>こしょう ソース 酢                 | 607             | 25.8         |
| 14<br>(水) | ごはん 牛乳<br>さばの南部焼き みそ汁<br>ひじきのつくだ煮    | 米 ごま 油                               | 牛乳 さば<br>油揚げ みそ<br>ひじきつくだ煮 | 長ねぎ キャベツ<br>にんじん たまねぎ<br>小松菜                   | しょうゆ<br>一味とうがらし 酒<br>かつお節                                     | 623             | 25.0         |
| 15<br>(木) | 黒パン 牛乳<br>ホワイトシチュー<br>もやしのサラダ        | パン<br>じゃがいも 油<br>バター 小麦粉<br>さとう ごま   | 牛乳 ぶた肉<br>脱脂粉乳             | にんじん たまねぎ<br>もやし きゅうり<br>コーン                   | 濃縮スープ 塩<br>こしょう ローリエ<br>しょうゆ 酢                                | 584             | 25.1         |
| 16<br>(金) | タイ風焼きそば 牛乳<br>揚げ大豆 ヨーグルト             | むしめん 油<br>さとう かたくり粉                  | ぶた肉 牛乳<br>大豆<br>ヨーグルト      | にんじん たまねぎ<br>もやし キャベツ<br>にら                    | しょうゆ こしょう<br>トマトケチャップ<br>オイスターソース 塩                           | 569             | 25.8         |
| 19<br>(月) | あじのたれカツ丼 牛乳<br>だんご汁                  | 米 小麦粉<br>パン粉 油<br>さとう 白玉もち<br>ごま油    | あじ 牛乳<br>ぶた肉 油揚げ<br>みそ     | にんじん だいこん<br>はくさい 小松菜                          | 塩 こしょう しょうゆ<br>酒 みりん かつお節                                     | 651             | 23.1         |
| 20<br>(火) | 麦ごはん 牛乳<br>生揚げの炒め煮<br>ごまドレッシングサラダ    | 米 麦 油<br>さとう かたくり粉<br>ごま油 ごま<br>サラダ油 | 牛乳 生揚げ<br>ぶた肉 みそ           | にんじん ほうれん草<br>干しいたけ しょうが<br>にんにく キャベツ<br>もやし   | 酒 しょうゆ<br>一味とうがらし 酢                                           | 617             | 23.8         |
| 21<br>(水) | チャーハン 牛乳<br>とり肉のから揚げ<br>みそドレッシングサラダ  | 米 麦 油<br>かたくり粉<br>さとう サラダ油<br>ごま油 ごま | ハム たまご<br>牛乳 とり肉<br>みそ     | 長ねぎ にんにく<br>グリーンピース<br>キャベツ にんじん<br>小松菜        | 酒 濃縮スープ 塩<br>こしょう しょうゆ<br>オイスターソース<br>ワイン 酢                   | 623             | 26.6         |
| 22<br>(木) | 麦ごはん 牛乳<br>肉じゃが 切り干し大根のサラダ<br>味付けおかか | 米 麦 油<br>じゃがいも<br>さとう サラダ油<br>ごま油    | 牛乳 ぶた肉<br>味付けおかか           | にんじん たまねぎ<br>グリーンピース<br>切り干しだいこん<br>もやし 小松菜    | 酒 しょうゆ みりん<br>酢一味とうがらし                                        | 623             | 21.6         |
| 23<br>(金) | 食パン 牛乳<br>メキシカンソース<br>マヨネーズサラダ       | パン 油 さとう<br>米粉 サラダ油<br>卵ぬきマヨネーズ      | 牛乳<br>ぶたひき肉<br>大豆ミート       | たまねぎ にんじん<br>コーン にんにく<br>グリーンピース<br>キャベツ きゅうり  | 濃縮スープ ナツメグ 酢<br>ローリエ一味とうがらし<br>トマトケチャップ しょうゆ<br>チリパウダー 塩 こしょう | 601             | 26.4         |

★印は新献立

○ 給食費口座引落日: 4・5月分の引落日は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】



| 日/曜       | こ ん だ て 名                              | 体内での働きと材料の種類                                  |                              |                                                    | 調味料など                                                 | 平均栄養価           |              |
|-----------|----------------------------------------|-----------------------------------------------|------------------------------|----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-----------------|--------------|
|           |                                        | ② おもに働く<br>力になる                               | ③ おもに体を<br>つくる               | ④ おもに体の<br>調子をととのえる                                |                                                       | エネルギー<br>(kcal) | たんぱく質<br>(g) |
| 26<br>(月) | チーズパン 牛乳<br>とり肉のマヨネーズ焼き<br>ABCスープ      | パン<br>卵ぬきマヨネーズ<br>マカロニ<br>じゃがいも               | 牛乳 とり肉<br>ウインナーソーセージ         | にんじん たまねぎ<br>キャベツ<br>ほうれん草 コーン                     | 塩 こしょう ワイン<br>乾燥パセリ<br>濃縮スープ                          | 599             | 30.1         |
| 27<br>(火) | ミートボールスパゲッティ<br>牛乳 フレンチサラダ<br>タルト      | スパゲッティ<br>サラダ油 油<br>さとう 米粉<br>もものタルト          | ぶたひき肉<br>肉だんご<br>牛乳          | にんじん たまねぎ<br>グリーンピース<br>キャベツ                       | 塩 トマトケチャップ<br>トマトピューレ ソース<br>こしょう ナツメグ<br>ローリエ 酢 からし粉 | 683             | 24.6         |
| 28<br>(水) | そばろごはん 牛乳<br>塩ちゃんこ汁                    | 米 油 さとう                                       | ぶたひき肉<br>牛乳 とり肉<br>とうふ 油揚げ   | にんじん たまねぎ<br>切り干しだいこん<br>しょうが だいこん<br>はくさい 小松菜 長ねぎ | しょうゆ みりん 酒<br>かつお節 塩                                  | 627             | 25.6         |
| 29<br>(木) | ぶどうパン 牛乳<br>とり肉とじゃがいものケチャップあえ<br>春雨サラダ | パン かたくり粉<br>じゃがいも 油<br>さとう サラダ油<br>緑豆はるさめ ごま油 | 牛乳 とり肉                       | たまねぎ にんじん<br>キャベツ ほうれん草                            | 塩 こしょう<br>トマトケチャップ<br>ソース しょうゆ 酢<br>からし粉              | 629             | 23.9         |
| 30<br>(金) | たけのこごはん 牛乳<br>しいらと凍り豆腐のごまみそあえ<br>からしあえ | 米 麦<br>かたくり粉 油<br>さとう ごま                      | 油揚げ 牛乳<br>しいら<br>凍り豆腐 み<br>そ | たけのこ しょうが<br>キャベツ もやし<br>にんじん 小松菜                  | 酒 しょうゆ 塩<br>かつお節 からし粉                                 | 632             | 25.2         |

学校行事等により献立を変更したり、お休みしたりすることがあります。



◎ 地場産物の使用予定

1 2 日 (月)

いそあえ: のり

市内走水産

2 2 日 (木)

肉じゃが: 豚肉

神奈川産



◎ 加工食品の食物アレルギー原因食物について

| 献立名          | 食材名        | 特定原材料 |   |    |    |     |    |    |     | 特定原材料に準ずるもの |
|--------------|------------|-------|---|----|----|-----|----|----|-----|-------------|
|              |            | 卵     | 乳 | 小麦 | そば | 落花生 | えび | かに | くるみ |             |
| 黒パン          | パン         |       | ○ | ○  |    |     |    |    |     | 大豆          |
| コッペパン        | パン         |       | ○ | ○  |    |     |    |    |     | 大豆          |
| 食パン          | パン         |       | ○ | ○  |    |     |    |    |     | 大豆          |
| ぶどうパン        | パン         |       | ○ | ○  |    |     |    |    |     | 大豆          |
| チーズパン        | パン         |       | ○ | ○  |    |     |    |    |     | 大豆          |
| タイ風焼きそば      | むしめん       |       |   | ○  |    |     |    |    |     | 大豆          |
| ひじきのつくだ煮     | ひじきつくだ煮    |       |   | ○  |    |     |    |    |     | 大豆・ごま       |
| ヨーグルト        | ヨーグルト      |       | ○ |    |    |     |    |    |     |             |
| 味付けおかか       | 味付けおかか     |       |   | ○  |    |     |    |    |     | 大豆          |
| チャーハン        | ハム         |       |   |    |    |     |    |    |     | 豚肉          |
| ミートボールスパゲッティ | 肉だんご       |       |   |    |    |     |    |    |     | 大豆・鶏肉・豚肉    |
| タルト          | もものタルト     |       |   |    |    |     |    |    |     | 大豆・もも       |
| ABCスープ       | ウインナーソーセージ |       |   |    |    |     |    |    |     | 豚肉          |

※食品表示法に基づく特定原材料8品目と、特定原材料に準ずる20品目のみ記載しています。

