

2026年 5月 浜松市立 積志中 学校 学校給食予定献立表 (18) 回

学校番号	松中19
グループ	J

日付	曜	献立名	小麦	卵	乳製品	えび	かに	主 要 材 料			エネルギーたんぱく質	脂 食 質 塩
								主に体の組織をつくるたんぱく質・無機質	主に体の調子を整えるカロテン・ビタミンC	主にエネルギーとなる炭水化物・脂質		
1	金	米飯 牛乳 <行事食 八十八夜> 鶏肉の抹茶塩がけ たけのことあらめの煮つけ 茶そうめん汁	*					牛乳 鶏肉 あらめ 油揚げ 豆腐	しょうが 抹茶 たけのこ にんにく こんにやく さやえんどう 抹茶(茶そうめん) たまねぎ ねぎ	米 でん粉 油 砂糖 茶そうめん	733 kcal 30.7 g	23.3 g 2.5 g
7	木	パン 牛乳 鶏肉と大豆のカレー煮 アルファベットスープ くだもの	*					牛乳 鶏肉 大豆 ベーコン	たまねぎ にんにく にんにく たまねぎ キャベツ バナナ	パン じゃがいも 油 マカロニ	720 kcal 33.5 g	21.4 g 3.0 g
8	金	麦入り米飯 牛乳 二色丼(鶏糸ぼろ) (鶏糸卵) もやしの炒めもの 豆腐のみそ汁	*					牛乳 鶏肉 卵 ベーコン 豆腐 みそ わかめ	しょうが えだまめ もやし にんにく たまねぎ ぶなしめじ	米 精麦 砂糖 油 砂糖 はちみつ ごま油 ごま	719 kcal 31.5 g	21.7 g 2.8 g
11	月	パン 牛乳 ブルーベリージャム メルルーサのエスカベージュ じゃがいものバター煮 卵スープ	*	*				牛乳 メルルーサ ベーコン 豆腐 卵	たまねぎ にんにく レモン果汁 にんにく たまねぎ スイートコーン ほうれんそう	パン ブルーベリージャム でん粉 油 砂糖 じゃがいも バター 砂糖 でん粉	724 kcal 32.0 g	24.4 g 3.5 g
12	火	米飯 牛乳 鶏肉と野菜のピリ辛あえ とうもろこしのスープ くだもの 【1年生・2年生 給食はありません】						牛乳 鶏肉 豆腐	しょうが にんにく にんにく スイートコーン たまねぎ ねぎ キウイフルーツ	米 でん粉 じゃがいも 油 砂糖 でん粉	726 kcal 26.4 g	19.5 g 2.2 g
13	水	米飯 牛乳 さばの塩焼き ひじきの炒め煮 五月汁 【2年生 給食はありません】						牛乳 さば ひじき 大豆 油揚げ 豆腐	こんにやく にんにく ねぎ たけのこ ごぼう にんにく しいたけ さやえんどう	米 砂糖 油	723 kcal 33.5 g	24.0 g 2.3 g
14	木	パン 牛乳 豚肉のトマトソース煮 大麦のスープ プリン		*				牛乳 豚肉 ベーコン 牛乳 脱脂粉乳	にんにく しょうが たまねぎ おろしりんご トマトジュース たまねぎ にんにく チンゲンサイ	パン 油 砂糖 大麦 じゃがいも 砂糖 バター	745 kcal 33.7 g	26.1 g 2.9 g
15	金	米飯 牛乳 チキン南蛮 ★きゅうりの浅づけ いなか汁						牛乳 鶏肉 塩こんぶ 豚肉 豆腐 油揚げ	たまねぎ きゅうり だいこん にんにく ねぎ	米 でん粉 油 砂糖 じゃがいも	721 kcal 29.9 g	22.8 g 2.1 g
18	月	米飯 牛乳 あじフライ 新じゃがの煮つけ 小松菜のみそ汁 くふるさと給食の日・浜松パワーフード給食	*					牛乳 あじ 鶏肉 豆腐 油揚げ みそ	にんにく たまねぎ えのきたけ こまつな	米 パン粉 油 じゃがいも 砂糖	748 kcal 29.7 g	20.9 g 2.9 g
19	火	パン 牛乳 チキンの照り煮 スパイシーポテト ミネストローネ	*					牛乳 鶏肉 ベーコン	しょうが にんにく たまねぎ セロリ にんにく トマト(缶)	パン 砂糖 でん粉 じゃがいも 油 油 マカロニ	723 kcal 33.2 g	24.9 g 2.9 g
20	水	米飯 牛乳 いわしの梅煮 ★とりごぼう 実だくさん汁						牛乳 いわし 鶏肉 豆腐 油揚げ	梅 ごぼう こんにやく さやいんげん だいこん にんにく こまつな	米 砂糖 でん粉 油 砂糖 ごま	726 kcal 31.2 g	22.4 g 2.4 g
21	木	米飯 牛乳 ピビンバ(肉・野菜) (鶏糸卵) トックスープ りんごゼリー	*					牛乳 豚肉(肉) 卵 鶏肉	しいたけ・にんにく(肉) ほうれんそう・もやし(野菜) たまねぎ にんにく しょうが いら りんご りんご果汁	米 砂糖(肉) ごま油・ごま(野菜) 油 砂糖 はちみつ トック(米粉) 砂糖	732 kcal 27.9 g	19.9 g 2.3 g
22	金	パン 牛乳 ポロニアカツ ポテトのクリーム煮 野菜サラダ	*	*				牛乳 鶏肉 大豆たんぱく 鶏肉 チーズ 牛乳	たまねぎ にんにく パセリ キャベツ きゅうり スイートコーン	パン じゃがいも 米粉 でん粉 砂糖 油 じゃがいも 油 小麦粉 バター 油 砂糖	719 kcal 26.5 g	26.7 g 2.8 g
25	月	米飯 牛乳 鮭のスタミナソースかけ うま煮 ごまあえ						牛乳 さけ みそ 豚肉 油揚げ	にんにく しょうが にんにく こんにやく だいこん ぶなしめじ さやいんげん ほうれんそう もやし	米 でん粉 油 砂糖 じゃがいも 油 砂糖 ごま	716 kcal 30.2 g	20.5 g 1.8 g
26	火	パン 牛乳 オムレツ コーンとさやいんげんのソテー カレースープ	*	*				牛乳 卵 豚肉	スイートコーン さやいんげん たまねぎ にんにく キャベツ	パン 砂糖 小麦でん粉 油 油 油 カレールウ(小麦粉)	732 kcal 30.9 g	25.7 g 3.5 g
27	水	米飯 牛乳 麻婆豆腐 きょうざ もやしの中華あえ	*					牛乳 豆腐 豚肉 浜納豆 みそ 豚肉 鶏肉 大豆たんぱく 大豆粉	しょうが にんにく たけのこ しいたけ にんにく いら キャベツ たまねぎ いら もやし スイートコーン	米 油 砂糖 でん粉 小麦粉 ラード 油 ごま油 水あめ 砂糖 でん粉 もち米粉 ごま油	755 kcal 31.8 g	22.9 g 2.5 g
28	木	パン 牛乳 あんずジャム グリーンシチュー キャベツのソテー ★フライビーンズ	*	*				牛乳 鶏肉 チーズ 牛乳 脱脂粉乳 大豆 金時豆	たまねぎ グリンピース キャベツ にんにく	パン あんずジャム じゃがいも 油 小麦粉 バター 油 でん粉 でん粉 油	728 kcal 30.5 g	24.2 g 2.7 g
29	金	米飯 牛乳 <郷土料理 中国地方> がんす 赤しそあえ 麦みそ汁 白桃ゼリー	*					牛乳 たら 大豆たんぱく 鶏肉 油揚げ 豆腐 みそ	たまねぎ にんにく キャベツ きゅうり 赤しそふりかけ ごぼう にんにく だいこん ぶなしめじ ねぎ 白桃ピューレ	米 でん粉 砂糖 パン粉 小麦粉 油 砂糖 水あめ	729 kcal 25.0 g	18.8 g 2.1 g

★はカミメニューです。(よくかんでたべましょう)

※アレルギー物質の特定原材料を表示しています。

「そば」は、給食では使用しませんが、ソフトめん・うどん・中華めんの製造工場では「そば」を使用した製品を作っています。

使用されている食品がわかるように献立名の横に\*印をつけました。ただし、加工食品(ベーコン・フライ類・デザート類など)は入札して購入するため、

十分な表記ができない場合があります。また、調味料等については、記載してありません。心配な場合は必ず学校へ確認してください。

なお、パン・めん・牛乳についてはアレルギー物質の表示を省略しました。全てのパンに小麦と脱脂粉乳が使用されています。全てのめんに小麦が使用されています。

※「落花生」は、給食では使用しません。「カンシューナッツ」と「くるみ」は、現在使用していません。

※ 献立名を横に見ていくと、その献立に使用されている主要材料が示されています。

※ 天候不順等の都合により、献立が変更になる場合があります。

毎月19日は「食育の日」

家族そろって食事ができるといいですね。

