

令和8年度
5月 中学校給食予定献立表

広陵町・香芝市共同中学校給食センター スマイル

日	材料名			分量	6群	アレルギー	日	材料名			分量	6群	アレルギー	日	材料名			分量	6群	アレルギー	
	材料名	分量	アレルギー					材料名	分量	アレルギー					材料名	分量	アレルギー				
1日 (金) 行事食「こどもの日」	ごはん	●精白米	85 g	5	7日 (木)	ポークカレー	●精白米	90 g	5	8日 (金)	ごはん	●精白米	100 g	5	11日 (月)	ごはん	●精白米	100 g	5		
	牛乳	鶏肉	10 g	1		鶏	精麦	10 g	5		牛乳	牛乳	1 本	2		乳	牛乳	牛乳	1 本	2	乳
	うす揚げ	5 g	1	豆		豚肉	40 g	1	豚		牛乳	牛乳	1 本	2		乳	牛乳	牛乳	1 本	2	乳
	●つきこんにやく	5 g	5			ぶどう酒	2 g				さわらのスタミナだれ	さわら切り身	1 切	1			あじフライ	あじフライ	1 こ	1	麦 豆
	たけのこ	10 g	4			にんにく	0.3 g	4			清酒	1 g				揚げ油	揚げ油	5 g	6		
	にんじん	5 g	3			土しょうが	0.3 g	4			砂糖	0.8 g	5			みそ汁	みそ汁	5 g	1	豆	
	本みりん	1 g				じゃがいも	60 g	5			こいくちしょうゆ	2 g		麦 豆		じゃがいも	じゃがいも	20 g	5		
	砂糖	2 g	5			たまねぎ	60 g	4			にんにく	0.1 g	4			●小松菜	●小松菜	20 g	3		
	うすくちしょうゆ	4 g		麦 豆		にんじん	20 g	3			一味唐辛子	0.03 g				にんじん	にんじん	10 g	3		
	牛乳	牛乳	1 本	2		乳	むき枝豆	5 g	4		豆	でんぷん	0.2 g	5			●青ねぎ	●青ねぎ	6 g	3	
かつおの竜田揚げ	かつおの竜田揚げ	1 こ	1	麦 豆	カレールウ(辛口)	2 g	6	麦 豆 り	おでん風煮	鶏肉	30 g	1	鶏	みそ	みそ	8 g	1	豆			
揚げ油	揚げ油	5 g	6		カレールウ(甘口)	15 g	6	麦 豆	厚揚げ	厚揚げ	20 g	1	豆	白みそ	白みそ	2 g	1	豆 鯖			
肉団子汁	肉団子汁	30 g	1	麦 豆 鶏 豚	トマトケチャップ	3 g			ちくわ	ちくわ	10 g	1		だしパック	だしパック	2 g					
肉団子	肉団子	10 g	1		トンカツソース	2 g			平天	平天	15 g	1	豆	牛肉	牛肉	15 g	1	牛			
かまぼこ	かまぼこ	30 g	4		ウスターソース	1 g			●板こんにやく	●板こんにやく	20 g	5		ごぼう	ごぼう	20 g	4				
たまねぎ	たまねぎ	30 g	4		コンソメ	1.8 g			じゃがいも	じゃがいも	30 g	5		●つきこんにやく	●つきこんにやく	5 g	5				
ごぼう	ごぼう	15 g	4		塩	0.1 g			だいこん	だいこん	30 g	4		にんじん	にんじん	5 g	3				
にんじん	にんじん	8 g	3		こしょう	0.03 g			にんじん	にんじん	15 g	3		本みりん	本みりん	1 g					
●青ねぎ	●青ねぎ	6 g	3		牛乳	牛乳	1 本	2	乳	海藻サラダ	海藻サラダ	2 g			清酒	清酒	1 g				
えのきたけ	えのきたけ	10 g	4		わかめ	わかめ	0.5 g	2		わかめ	わかめ	0.5 g	2		砂糖	砂糖	1 g	5	麦 豆		
土しょうが	土しょうが	0.3 g	4		寒天	寒天	0.5 g	2		寒天	寒天	0.5 g	2		こいくちしょうゆ	こいくちしょうゆ	2 g				
本みりん	本みりん	1 g			茎わかめ	茎わかめ	5 g	2		茎わかめ	茎わかめ	5 g	2		だしパック	だしパック	3 g				
清酒	清酒	1.2 g			ほうれん草	ほうれん草	20 g	3		ほうれん草	ほうれん草	20 g	3		だし昆布	だし昆布	1 g				
うすくちしょうゆ	うすくちしょうゆ	5 g		麦 豆	にんじん	にんじん	5 g	3		にんじん	にんじん	5 g	3		かしわもち	かしわもち	1 こ	5	豆		
だしパック	だしパック	3 g		鯖	ホールコーン	ホールコーン	5 g	4		ホールコーン	ホールコーン	5 g	4		かしわもち	かしわもち	1 こ	5	豆		
だし昆布	だし昆布	1 g			和風ドレッシング	和風ドレッシング	6 g	6	麦 豆 鶏 豚 り	みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		エネルギー	エネルギー	775	kcal			
かしわもち	かしわもち	1 こ	5	豆	みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		たんぱく質	たんぱく質	32.1	g			
エネルギー	エネルギー	775	kcal		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		たんぱく質	たんぱく質	32.1	g			
たんぱく質	たんぱく質	32.1	g		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		たんぱく質	たんぱく質	32.1	g			
たんぱく質	たんぱく質	32.1	g		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		たんぱく質	たんぱく質	32.1	g			
たんぱく質	たんぱく質	32.1	g		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		たんぱく質	たんぱく質	32.1	g			
たんぱく質	たんぱく質	32.1	g		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		たんぱく質	たんぱく質	32.1	g			
たんぱく質	たんぱく質	32.1	g		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		たんぱく質	たんぱく質	32.1	g			
たんぱく質	たんぱく質	32.1	g		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		たんぱく質	たんぱく質	32.1	g			
たんぱく質	たんぱく質	32.1	g		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		たんぱく質	たんぱく質	32.1	g			
たんぱく質	たんぱく質	32.1	g		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		たんぱく質	たんぱく質	32.1	g			
たんぱく質	たんぱく質	32.1	g		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		たんぱく質	たんぱく質	32.1	g			
たんぱく質	たんぱく質	32.1	g		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		たんぱく質	たんぱく質	32.1	g			
たんぱく質	たんぱく質	32.1	g		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		たんぱく質	たんぱく質	32.1	g			
たんぱく質	たんぱく質	32.1	g		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		たんぱく質	たんぱく質	32.1	g			
たんぱく質	たんぱく質	32.1	g		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		たんぱく質	たんぱく質	32.1	g			
たんぱく質	たんぱく質	32.1	g		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		たんぱく質	たんぱく質	32.1	g			
たんぱく質	たんぱく質	32.1	g		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		たんぱく質	たんぱく質	32.1	g			
たんぱく質	たんぱく質	32.1	g		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		たんぱく質	たんぱく質	32.1	g			
たんぱく質	たんぱく質	32.1	g		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		たんぱく質	たんぱく質	32.1	g			
たんぱく質	たんぱく質	32.1	g		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		たんぱく質	たんぱく質	32.1	g			
たんぱく質	たんぱく質	32.1	g		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		たんぱく質	たんぱく質	32.1	g			
たんぱく質	たんぱく質	32.1	g		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		たんぱく質	たんぱく質	32.1	g			
たんぱく質	たんぱく質	32.1	g		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		たんぱく質	たんぱく質	32.1	g			
たんぱく質	たんぱく質	32.1	g		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		たんぱく質	たんぱく質	32.1	g			
たんぱく質	たんぱく質	32.1	g		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		たんぱく質	たんぱく質	32.1	g			
たんぱく質	たんぱく質	32.1	g		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		たんぱく質	たんぱく質	32.1	g			
たんぱく質	たんぱく質	32.1	g		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		たんぱく質	たんぱく質	32.1	g			
たんぱく質	たんぱく質	32.1	g		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		たんぱく質	たんぱく質	32.1	g			
たんぱく質	たんぱく質	32.1	g		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		たんぱく質	たんぱく質	32.1	g			
たんぱく質	たんぱく質	32.1	g		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		たんぱく質	たんぱく質	32.1	g			
たんぱく質	たんぱく質	32.1	g		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		たんぱく質	たんぱく質	32.1	g			
たんぱく質	たんぱく質	32.1	g		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		たんぱく質	たんぱく質	32.1	g			
たんぱく質	たんぱく質	32.1	g		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		たんぱく質	たんぱく質	32.1	g			
たんぱく質	たんぱく質	32.1	g		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		たんぱく質	たんぱく質	32.1	g			
たんぱく質	たんぱく質	32.1	g		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		たんぱく質	たんぱく質	32.1	g			
たんぱく質	たんぱく質	32.1	g		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		たんぱく質	たんぱく質	32.1	g			
たんぱく質	たんぱく質	32.1	g		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		たんぱく質	たんぱく質	32.1	g			
たんぱく質	たんぱく質	32.1	g		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		たんぱく質	たんぱく質	32.1	g			
たんぱく質	たんぱく質	32.1	g		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		たんぱく質	たんぱく質	32.1	g			
たんぱく質	たんぱく質	32.1	g		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		たんぱく質	たんぱく質	32.1	g			
たんぱく質	たんぱく質	32.1	g		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		たんぱく質	たんぱく質	32.1	g			
たんぱく質	たんぱく質	32.1	g		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		たんぱく質	たんぱく質	32.1	g			
たんぱく質	たんぱく質	32.1	g		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ	5		みかんゼリー	みかんゼリー	1 こ									

日	材料名	分量	6群	アレルギー	日	材料名	分量	6群	アレルギー	日	材料名	分量	6群	アレルギー	日	材料名	分量	6群	アレルギー
25日 (月)	ピビンバ				26日 (火)	ごはん				27日 (水)	規格パン				28日 (木)	ごはん			
	●精白米	90 g	5			●精白米	100 g	5			●規格パン	1 こ	5	乳 麦		●精白米	100 g	5	
	精麦	10 g	5			牛乳					牛乳					牛乳			
	牛肉	40 g	1	牛		牛乳	1 本	2	乳		牛乳	1 本	2	乳		牛乳	1 本	2	乳
	水煮 ぜんまい	30 g	4			焼き餃子					焼きそば					いわしの蒲焼			
	豆板ジャン	0.3 g				焼き餃子	3 こ	1	麦 豆 鶏 豚		やきそばめん	60 g	5	麦 豆 ゼ'		いわし開き(澱粉付き)	1 こ	1	
	本みりん	1.5 g				麻婆豆腐					豚肉	30 g	1	豚		揚げ油	5 g	6	
	清酒	2.2 g				豚ひき肉	20 g	1	豚		清酒	1.3 g				本みりん	2 g		
	砂糖	3 g	5			蒸しひきわり大豆	10 g	1	豆		キャベツ	30 g	4			砂糖	1 g	5	
	こいくちしょうゆ	5 g		麦 豆		豆腐	60 g	1	豆		たまねぎ	30 g	4			こいくちしょうゆ	2 g		麦 豆
ほうれん草	50 g	3		たけのこ	20 g	4		にんじん	20 g	3		あおさのみそ汁	あおさ	8 g	2				
ごま油	0.5 g	6	ゴ'	にんじん	20 g	3		ちくわ	10 g	1			あおさ	8 g	2				
砂糖	0.3 g	5		●青ねぎ	10 g	3		あおのり	0.2 g	2			たまねぎ	20 g	4				
こいくちしょうゆ	1.5 g		麦 豆	干しいたけ	0.5 g	4		ウスターソース	1 g				だいこん	20 g	4				
錦糸卵	30 g	1	卵 豆	にんにく	0.3 g	4		トンカツソース	2 g				にんじん	10 g	3				
牛乳				土しょうが	0.3 g	4		トマトケチャップ	2 g				みそ	8 g	1	豆			
牛乳	1 本	2	乳	でんぶん	2 g	5		コンソメ	0.4 g				白みそ	2 g	1	豆			
キムチスープ				清酒	3 g			こしょう	0.04 g				だしパック	2 g		鯖			
豚肉	20 g	1	豚	中華スープ	2 g		豆 鶏 豚	塩	0.1 g				ひじきと竹輪の煮物	生ひじき	15 g	2			
白菜キムチ	7 g	4		豆板ジャン	0.3 g			カットウインナー	10 g	1	豚			ちくわ	15 g	1			
豆腐	30 g	1	豆	赤みそ	5 g	1	豆	たまねぎ	30 g	4		にんじん		5 g	3				
白菜	40 g	4		砂糖	3 g	5		だいこん	10 g	4		にんじん		5 g	3				
たまねぎ	30 g	4		こいくちしょうゆ	3 g		麦 豆	だいこん	10 g	4		むき枝豆		5 g	4	豆			
土しょうが	0.7 g	4		こしょう	0.04 g			にんじん	10 g	3		大豆水煮		10 g	1	豆			
こめ油	0.2 g	6		中華和え	キャベツ	30 g	4		むき枝豆	5 g	4	豆		大油	0.3 g	6			
鳥がらスープ	1.5 g		鶏		きゅうり	10 g	4		コンソメ	2 g				本みりん	0.5 g				
中華スープ	0.8 g		豆 鶏 豚		にんじん	5 g	3		塩	0.1 g				砂糖	0.5 g	5			
みそ	4 g	1	豆		ホールコーン	5 g	4		こしょう	0.04 g				こいくちしょうゆ	1.5 g		麦 豆		
塩	0.5 g				砂糖	2 g		麦 豆	ミックスフルーツ	30 g	4	桃	だしパック	1 g		鯖			
こしょう	0.03 g				こいくちしょうゆ	2 g			〔 みかん 黄桃 バイン 〕										
アーモンドじゃこ					穀物酢	2 g			杏仁豆腐風カットゼリー	20 g	5	豆							
アーモンドじゃこ	1 こ	2	ア' 麦 豆		ごま油	0.3 g	6	ゴ'											
エネルギー	780	kcal			エネルギー	801	kcal		エネルギー	771	kcal		エネルギー	746	kcal				
たんぱく質	34.3	g			たんぱく質	28.8	g		たんぱく質	31.4	g		たんぱく質	29.2	g				