

*** ** * 令和8年度5月献立表 *** ** *

日	献立名	料理別 エネルギー	原材料	段階食	中・高 エネルギー 小 エネルギー たんぱく質 脂質
1 金	【こどもの日献立】				827 kcal
	たけのこごはん	305(244) kcal	金賞健康米、たけのこ水煮、にんじん、淡口しょうゆ、みりん、清酒、食塩、なたね油	おかゆ たけのこごはんの具	752 kcal
	鶏の唐揚げ	269 kcal	鶏もも肉、濃口しょうゆ、食塩、しょうが、にんにく、清酒、かたくり粉、ごま油、なたね油	鶏の唐揚げ	29.6 g
	けんちん汁	72(58) kcal	絹ごし豆腐、さといも、板こんにやく、にんじん、ごぼう、だいこん、青ねぎ、ごま油、こんぶ、かつおだしパック、みりん、淡口しょうゆ、食塩、水	けんちん汁	30.4 g
	こどもの日カープゼリー(こいのぼりゼリー)	55 kcal	1個	こどもの日カープゼリー	
	牛乳	126 kcal	1本	牛乳	
7 木	【小学部3年生お楽しみ献立】				847 kcal
	牛やきにく丼	510(408) kcal	金賞健康米、和牛もも肉、にんにく、玉葱、にんじん、エリンギ、青ねぎ、なたね油、食塩、こしょう、清酒、濃口しょうゆ、三温糖、みりん	おかゆ 牛やきにく丼の具	720 kcal
	春雨の酢の物	123(98) kcal	緑豆はるさめ、ツナ油漬け、きゅうり、にんじん、すりごま、りんご酢、三温糖、淡口しょうゆ、ごま油、清酒	春雨の酢の物	26.0 g
	とけないアイス風デザート(パニラ)	88 kcal	1個	とけないアイス風デザート (パニラ)	32.0 g
牛乳	126 kcal	1本	牛乳		
8 金	パーカーパン	276(184) kcal	1個(小学部:小、中学部・高等部:大)	パーカーパン粥	660 kcal
	豚肉きんぴら炒め	148(118) kcal	豚もも肉、ごぼう、つきこんにやく、にんじん、食塩、こしょう、ごま油、濃口しょうゆ、三温糖、清酒、みりん、ごま	豚肉きんぴら炒め	516 kcal
	カレー風味スープ	110(88) kcal	玉葱、にんじん、ブロッコリー、さつまいも、オリーブ油、パイオン、野菜だし、丸鶏がらスープ、鳥がらだし、淡口しょうゆ、みりん、カレー粉、カレールウ、食塩、こしょう、水	カレー風味スープ	27.1 g
	牛乳	126 kcal	1本	牛乳	20.6 g
11 月	中華めん	209(167) kcal	冷凍ラーメン、ごま油	中華めん	589 kcal
	豚もやしラーメン風スープ	101(81) kcal	豚もも肉、緑豆もやし、白菜、にんじん、青ねぎ、しょうが、にんにく、ごま油、中華だしの素、食塩、こしょう、濃口しょうゆ、米みそ、水、かつおだしパック、こんぶ、すりごま	豚もやしラーメン風スープ	527 kcal
	揚げ米粉ギョーザ	205 kcal	米粉餃子、なたね油	揚げ米粉ギョーザ	21.8 g
	野菜ジュース	74 kcal	1本	野菜ジュース	23.2 g
12 火	ごはん	309(247) kcal	金賞健康米	おかゆ	648 kcal
	鮭のきのこだれがけ	138 kcal	鮭、食塩、清酒、ぶなしめじ、えのきたけ、青ねぎ、しょうが、こんぶ、かつおだしパック、淡口しょうゆ、三温糖、かたくり粉	鮭のきのこだれがけ	571 kcal
	根菜のみそ汁	75(60) kcal	ごぼう、にんじん、だいこん、じゃがいも、青ねぎ、こんぶ、かつおだしパック、麦みそ、水	根菜のみそ汁	27.6 g
	牛乳	126 kcal	1本	牛乳	17.6 g
13 水	コッペパン	276(184) kcal	1個(小学部:小、中学部・高等部:大)	パン粥	728 kcal
	りんごジャム	40 kcal	1個	りんごジャム	624 kcal
	ハニージンジャーチキン	226 kcal	鶏もも肉、ホワイトペパー、しょうが、玉葱、三温糖、濃口しょうゆ、はちみつ、清酒、みりん、片栗粉	ハニージンジャーチキン	32.6 g
	野菜コンソメスープ	60(48) kcal	じゃがいも、にんじん、キャベツ、玉葱、セロリー、スイートコーン水煮、食塩、こしょう、鳥がらだし、パイオン、野菜だし、丸鶏がらスープ、淡口しょうゆ、みりん、ワイン風調味料(白)、水	野菜コンソメスープ	25.7 g
	牛乳	126 kcal	1本	牛乳	
14 木	ごはん	309(247) kcal	金賞健康米	おかゆ	673 kcal
	小松菜のふりかけ	31(25) kcal	こまつな、花かつお、すりごま、濃口しょうゆ、清酒、みりん、ごま油	小松菜のふりかけ	563 kcal
	高野豆腐のうま煮	158(126) kcal	高野豆腐、厚揚げ、にんじん、だいこん、たけのこ水煮、三度豆、みりん、中ざら糖、濃口しょうゆ、こんぶ、かつおだしパック、水	高野豆腐のうま煮	28.8 g
	キャベツのじゃこ和え	49(39) kcal	キャベツ、にんじん、りょくとうもやし、しらす、ひじき、清酒、淡口しょうゆ、三温糖、りんご酢、ごま油	キャベツのじゃこ和え	18.4 g
	牛乳	126 kcal	1本	牛乳	
15 金	ごはん	309(247) kcal	金賞健康米	おかゆ	685 kcal
	豚肉とキャベツのみそ炒め	134(107) kcal	豚もも肉、しょうが、清酒、食塩、こしょう、なたね油、キャベツ、にんじん、きくらげ、濃口しょうゆ、三温糖、テンメンジャン、みりん	豚肉とキャベツのみそ炒め	573 kcal
	厚揚げの中華煮	116(93) kcal	しょうが、食塩、なたね油、厚揚げ、チンゲン菜、にんじん、玉葱、中華だしの素、鳥がらだし、濃口しょうゆ、みりん、かたくり粉、ごま油、水	厚揚げの中華煮	26.3 g
	牛乳	126 kcal	1本	牛乳	20.9 g
18 月	ごはん	309(247) kcal	金賞健康米	おかゆ	726 kcal
	鯖の梅煮	171 kcal	さば、しょうが、白ねぎ、うめぼし、こんぶ、中ざら糖、濃口しょうゆ、清酒、水	鯖の梅煮	640 kcal
	かみなり汁	120(96) kcal	木綿豆腐、板こんにやく、さといも、にんじん、ごぼう、だいこん、白ねぎ、こんぶ、かつおだしパック、ごま油、米みそ、みりん、水	かみなり汁	30.1 g
	牛乳	126 kcal	1本	牛乳	23.3 g

	献立名	料理別 エネルギー	原材料	段階食	中・高 エネルギー 小 エネルギー たんぱく質 脂質
19 火	パーカーパン	276(184) kcal	1個(小学部:小、中学部・高等部:大)	パーカーパン粥	852 kcal
	チキンカツ	313 kcal	鶏もも肉、食塩、こしょう、小麦粉、水、パン粉、油	チキンカツ	750 kcal
	オーロラソース	86 kcal	ノンエッグマヨネーズ、トマトケチャップ、ウスターソース	オーロラソース	34.1 g
	春野菜スープ	51(41) kcal	キャベツ、じゃがいも、玉葱、にんじん、セロリー、パイオン、野菜だし、丸鶏がらスープ、鳥がらだし、淡口しょうゆ、みりん、食塩、こしょう、水	春野菜スープ	43.3 g
	牛乳	126 kcal	1本	牛乳	
20 水	【愛知県の郷土料理】				729 kcal
	ひじきごはん	288(230) kcal	金賞健康米、ひじき、にんじん、濃口しょうゆ、みりん、清酒、三温糖、食塩、なたね油	おかゆ ひじきごはんの具	620 kcal
	ひきずり	174(139) kcal	鶏もも肉、清酒、食塩、なたね油、はくさい、白ねぎ、糸こんにゃく、干し椎茸、焼き豆腐、おつゆふ、三温糖、濃口しょうゆ、みりん、水	ひきずり	27.8 g
	切干大根の和えもの	82(66) kcal	切干しだいこん、にんじん、きゅうり、キャベツ、ツナ油漬け、濃口しょうゆ、三温糖、りんご酢	切干大根の和えもの	22.7 g
	牛乳	126 kcal	1本	牛乳	
21 木	中華丼	448(358) kcal	金賞健康米、豚もも肉、清酒、しょうが、にんにく、なたね油、たけのこ水煮、はくさい、にんじん、玉葱、スクールちくわ、きくらげ、プロッコリー、塩、こしょう、中華だしの素、丸鶏がらスープ、鳥がらだし、濃口しょうゆ、三温糖、オイスターソース、片栗粉、ごま油、水	おかゆ 中華丼の具	610 kcal
	海藻サラダ	36(29) kcal	ひじき、カットわかめ、にんじん、キャベツ、きゅうり、スイートコーン水煮、りんご酢、濃口しょうゆ、三温糖、食塩、オリーブ油	海藻サラダ	513 kcal
	牛乳	126 kcal	1本	牛乳	21.5 g
					13.9 g
22 金	ごはん	309(247) kcal	金賞健康米	おかゆ	711 kcal
	鱈の香味だれかけ	109 kcal	あじ、食塩、清酒、しょうが、青ねぎ、りんごピューレ、ごま、三温糖、濃口しょうゆ、みりん、水	味の香味だれかけ	616 kcal
	小松菜の煮びたし	167(134) kcal	こまつな、白菜、厚揚げ、さといも、にんじん、ぶなしめじ、こんぶ、かつおだしパック、みりん、三温糖、食塩、淡口しょうゆ、水	小松菜の煮びたし	37.2 g
	牛乳	126 kcal	1本	牛乳	20.0 g
25 月	【ハンガリーの料理】				689 kcal
	コッペパン	276(184) kcal	1個(小学部:小、中学部・高等部:大)	パン粥	540 kcal
	グヤーシュ	187(150) kcal	和牛もも肉、にんにく、しょうが、ワイン風調味料(赤)、食塩、こしょう、なたね油、玉葱、にんじん、じゃがいも、セロリー、黄ピーマン、パセリ、丸鶏がらスープ、鳥がらだし、濃厚ソース、トマト水煮、ケチャップ、パプリカパウダー、パイオン、野菜だし、水	グヤーシュ	29.5 g
	ビーンズサラダ	100(80) kcal	蒸しひよこ豆、キャベツ、にんじん、ツナ油漬け、スイートコーン水煮、りんご酢、淡口しょうゆ、三温糖、食塩、オリーブ油、こしょう	ビーンズサラダ	25.5 g
	牛乳	126 kcal	1本	牛乳	
26 火	ごはん	309(247) kcal	金賞健康米	おかゆ	653 kcal
	鶏のしょうが焼き	176 kcal	鶏もも肉、食塩、こしょう、なたね油、玉葱、しょうが、清酒、濃口しょうゆ、三温糖、みりん、かたくり粉、水	鶏のしょうが焼き	583 kcal
	青菜のすまし汁	42(34) kcal	小松菜、玉葱、絹ごし豆腐、にんじん、大根、えのきだけ、かつおだしパック、こんぶ、淡口しょうゆ、みりん、食塩、清酒、水	青菜のすまし汁	24.5 g
	牛乳	126 kcal	1本	牛乳	20.0 g
27 水	ごはん	309(247) kcal	金賞健康米	おかゆ	675 kcal
	肉と茄子のみそ煮	147(118) kcal	豚もも肉、しょうが、食塩、清酒、なたね油、なす、玉葱、にんじん、青ピーマン、こんぶ、かつおだしパック、三温糖、濃口しょうゆ、麦みそ、かたくり粉、水	肉と茄子のみそ煮	565 kcal
	お揚げのサラダ	93(74) kcal	ひじき、薄揚げ、キャベツ、にんじん、スイートコーン水煮、玉葱、りんご酢、三温糖、食塩、オリーブ油、こしょう	お揚げのサラダ	22.5 g
	牛乳	126 kcal	1本	牛乳	19.3 g
28 木	【備蓄食の献立】				792 kcal
	救給カレー	257(116) kcal	1個	なめらかおかゆ おいしくミキサー 辛きんとん	519 kcal
	ホキのケチャップがけ	137 kcal	ホキ、こしょう、かたくり粉、なたね油、ケチャップ、トマトピューレ、濃厚ソース、三温糖、ワイン風調味料(赤)、水	ホキのケチャップがけ	25.3 g
	ごぼうとマイタケのスープ	82(66) kcal	ごぼう、にんじん、青ねぎ、まいたけ、しょうが、絹ごし豆腐、清酒、食塩、ごま油、中華だしの素、鳥がらだし、濃口しょうゆ、みりん、かたくり粉、水	ごぼうとマイタケのスープ	33.5 g
	牛乳	126 kcal	1本	牛乳	
29 金	カルシウムと鉄分がとれるおいしいプリン	74 kcal	1個	カルシウムと鉄分がとれる おいしいプリン	
	ハヤシライス	549(439) kcal	金賞健康米、和牛もも肉、食塩、こしょう、しょうが、ワイン風調味料(赤)、なたね油、玉葱、にんじん、マッシュルーム水煮、いんげん豆ペースト、トマト缶詰、トマトピューレ、ケチャップ、りんごピューレ、デミグラスソース、ハヤシルウ、鳥がらだし、ウスターソース、三温糖、水	おかゆ ハヤシライスのルウ	693 kcal
	ひじきのサラダ	52(42) kcal	ひじき、にんじん、キャベツ、きゅうり、ツナ油漬け、りんご酢、濃口しょうゆ、三温糖、食塩、オリーブ油	ひじきのサラダ	573 kcal
	白ぶどう&ほうれん草ジュース	92 kcal	1本	白ブドウ&ほうれん草ジュース	15.1 g
				15.5 g	