

## 学校給食献立表(東ブロック) 令和7年度5月分(5/1~5/30)

姫路市教育委員会

	5月1日(木)		5月2日(金)		5月7日(水)		5月8日(木)		5月9日(金)		5月12日(月)	
こんだて	パン 牛乳 コンスープ ドライカレー かくチーズ		-こどものひこんだて- なめし 牛乳 わかたけじる さわらのてんぶら かしわもち		ごはん 牛乳 やさいのうまい キャベツのあますいため		パン 牛乳 イタリアンスパゲティ やさいのソテー		ごはん 牛乳 こうやのぎしきに たけのこのかきあげ(こめこ)		ごはん 牛乳 キムチスープ チャブチ	
こんだてざいりょう	□パン	■牛乳	□牛乳	△だいこんば	□牛乳	△牛乳	□牛乳	△牛乳	□牛乳	△牛乳	□牛乳	■牛乳
	○ベーコン △にんじん △たまねぎ □じゃがいも △とうもろこし △コーンペースト △パセリ □サラダあぶら しお こしょう ポークスープ □コーンスターーチ	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳
	○ぶたにく ○とりレバー △たまねぎ △セロリ △にんじん ○だいす △しょうが □サラダあぶら トマトケチャップ ウスターーソース カレーこ ワインふうちょうみりょう にんにく しお こしょう ポークスープ	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳
	○かくチーズ	■牛乳	○牛乳	△牛乳	○牛乳	△牛乳	○牛乳	△牛乳	○牛乳	△牛乳	○牛乳	■牛乳
こんだて	ごはん 牛乳 わかめスープ にらじやが	ごはん 牛乳 きつねうどん ひじきととうもろこしのいために	パン 牛乳 ボーカシチュー(こめこ) チキンサラダ	パン 牛乳 かんとうに ごぼうのかきあげ(こめこ)	ごはん 牛乳 かんとうに ごぼうのかきあげ(こめこ)	一しょくいくのひー ごはん 牛乳 みそしる だいすのいそに おちやふりかけ	パン 牛乳 ドラのドラキュラスープ ベジタブルフレッター(こめこ)	パン 牛乳 ドラのドラキュラスープ ベジタブルフレッター(こめこ)	パン 牛乳 ドラのドラキュラスープ ベジタブルフレッター(こめこ)	パン 牛乳 ドラのドラキュラスープ ベジタブルフレッター(こめこ)	パン 牛乳 ドラのドラキュラスープ ベジタブルフレッター(こめこ)	パン 牛乳 ドラのドラキュラスープ ベジタブルフレッター(こめこ)
こんだてざいりょう	□ごはん ○牛乳	□ごはん ■牛乳	□牛乳	△牛乳	□パン	△牛乳	□牛乳	△牛乳	□牛乳	△牛乳	□牛乳	■牛乳
	○とうふ ○けいにく △こいくちしようゆ △せいしゅ △にんじん ○わかめ △たまねぎ □ごまあぶら チキンスープ うすくちしようゆ しお こしょう	○うどん ○わかめ △キャベツ △にんじん △はねぎ ○あぶらあげ □さとう うすくちしようゆ △こいくちしようゆ △けずりびし(だし)	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳
	□ひじき △とうもろこし △にんじん ○ベーコン □さとう △こいくちしようゆ □サラダあぶら	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳
	□じゃがいも ○あぶら ○ぶたにく △にら □サラダあぶら △こいくちしようゆ ○さとう △みりん □でんぶん	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳

○赤の食品…体をつくるもの (たんぱくしつ・むきしつ) □黄の食品…ねつや力のもとになるもの (たんすいかぶつ・しほう) △緑の食品…体の調子をととのえるもの (ビタミン)

特定原材料表示 卵: 乳製品: 小麦: えび: かに: そば: 落花生: くるみ: 

# 学校給食献立表(東ブロック) 令和7年度5月分(5/1~5/30)

姫路市教育委員会

	5月21日(水)	5月22日(木)	5月23日(金)	5月26日(月)	5月27日(火)	5月28日(水)
こんだて	ごはん 牛乳 <b>スミーツタン</b> マー婆ーどうふ	<b>こんとあきのあげどん</b> 牛乳 とろろこんぶじる	ポークカレー(ごめこ) 牛乳 わふうサラダ	ごはん 牛乳 とうふじる けいにくのしぐれに	アップルパン 牛乳 にくだんごのスープ ポテトサラダ	ごはん 牛乳 ちゅうかスープ さばのかわりみそに
こんだてざいりょう	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="radio"/> 牛乳  <input type="triangle"/> コーンペースト <input type="triangle"/> とうもろこし <input type="triangle"/> チキンハム <input type="radio"/> たまご <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> チンゲンサイ <input type="triangle"/> チキンスープ <input type="triangle"/> うすくちしょうゆ <input type="triangle"/> せいしゅ  <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> でんぶん	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="radio"/> あぶらあげ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> えだまめ <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> さとう <input type="triangle"/> こいくちしょうゆ <input type="triangle"/> せいしゅ <input type="checkbox"/> みりん  <input type="radio"/> 牛乳   <input type="checkbox"/> とうふ <input type="triangle"/> にんじん <input type="radio"/> とろろこんぶ <input type="triangle"/> はねぎ <input type="triangle"/> えのきたけ <input type="radio"/> かまぼこ <input type="triangle"/> うすくちしょうゆ <input type="triangle"/> こいくちしょうゆ <input type="triangle"/> けずりぶし(だし)	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="radio"/> ぶたにく <input type="triangle"/> じゃがいも <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> セロリ <input type="triangle"/> しょうが <input type="triangle"/> にんにく <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="triangle"/> ポークスープ <input type="triangle"/> トマトケチャップ <input type="triangle"/> ウスターーソース <input type="triangle"/> カレーご <input type="triangle"/> ガラムマサラ <input type="triangle"/> パプリカ <input type="triangle"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> みりん  <input type="checkbox"/> ごめこ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう  <input type="radio"/> 牛乳   <input type="checkbox"/> ポークハム <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> もやし <input type="checkbox"/> ごま <input type="triangle"/> サラダドレッシング <input type="triangle"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="radio"/> とうふ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> とくね <input type="checkbox"/> はるさめ <input type="triangle"/> チキンスープ <input type="triangle"/> うすくちしょうゆ <input type="triangle"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう  <input type="radio"/> けいにく <input type="triangle"/> じょうが <input type="triangle"/> せいしゅ <input type="radio"/> とりレバー <input type="checkbox"/> でんぶん <input type="triangle"/> あぶら <input type="triangle"/> ピーマン <input type="triangle"/> にんじん <input type="checkbox"/> さとう <input type="triangle"/> こいくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> パン <input type="triangle"/> ドライアップル <input type="radio"/> 牛乳   <input type="triangle"/> チンゲンサイ <input type="triangle"/> にんじん <input type="radio"/> とうふ <input type="triangle"/> づくね <input type="checkbox"/> はるさめ <input type="triangle"/> チキンスープ <input type="triangle"/> うすくちしょうゆ <input type="triangle"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう  <input type="checkbox"/> じやかいも <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> キャベツ <input type="radio"/> ポークハム <input type="triangle"/> とうもろこし <input type="triangle"/> サラダドレッシング <input type="triangle"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> サラダあぶら	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="radio"/> ぶたにく <input type="triangle"/> とうふ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> はねぎ <input type="triangle"/> しょうが <input type="triangle"/> チキンスープ <input type="triangle"/> うすくちしょうゆ <input type="triangle"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう  <input type="radio"/> さば <input type="triangle"/> ねぶかねぎ <input type="triangle"/> トウバンジャン <input type="triangle"/> にんにく <input type="triangle"/> しょうが <input type="checkbox"/> ごまあぶら <input type="triangle"/> さとう <input type="radio"/> あかみそ <input type="triangle"/> こいくちしょうゆ <input type="triangle"/> せいしゅ

	5月29日(木)	5月30日(金)	5月平均栄養量 (小学校4年生)	献立紹介 作ってみませんか? -5月19日(月)-												
こんだて	パン 牛乳 フェジョアーダ  ごぼうのソテー 	<b>あぶたまどんぶり</b> 牛乳 おかひじきのごまあえ	<p>エネルギー 614kcal</p> <p>たんぱく質 23.7g</p> <p>脂質 31.0%</p> <p>カルシウム 304mg</p> <p>鉄 2.1mg</p> <p>A 337μgRAE</p> <p>B1 0.39mg</p> <p>B2 0.49mg</p> <p>C 17mg</p> <p>ビタミン</p> <p>食塩相当量 2.2g</p> <p>食物繊維 5.3g</p> <p>マグネシウム 83mg</p> <p>亜鉛 3.0mg</p>	<p><b>新献立</b></p> <p><b>お茶ふりかけ</b></p> <p><b>材料 5人分 分量(g)</b></p> <table border="1"> <tr> <td>ちりめんじゃこ</td> <td>35</td> </tr> <tr> <td>いりごま(白)</td> <td>5</td> </tr> <tr> <td>茶葉</td> <td>2.5</td> </tr> <tr> <td>しょうゆ(濃)</td> <td>5</td> </tr> <tr> <td>みりん</td> <td>7.5</td> </tr> <tr> <td>清酒</td> <td>5</td> </tr> </table> <p><b>【作り方】</b></p> <p>①いりごまは軽くすっておく。      ②ちりめんじゃこを清酒、しょうゆ、      みりんで煮る。      ③ごまと茶葉を加えて仕上げる。</p> <p>給食では、神河町産の緑茶（粉茶）を使っています。</p> <p><b>学校給食費について</b></p> <p>令和7年度の給食費は、市が6月から徴収します。納期は各月末となります。      6月中旬以降に納付額決定通知書を送付します。</p>	ちりめんじゃこ	35	いりごま(白)	5	茶葉	2.5	しょうゆ(濃)	5	みりん	7.5	清酒	5
ちりめんじゃこ	35															
いりごま(白)	5															
茶葉	2.5															
しょうゆ(濃)	5															
みりん	7.5															
清酒	5															
こんだてざいりょう	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳  <input type="triangle"/> しろいんげん <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> ベーコン <input type="triangle"/> じゃがいも <input type="triangle"/> パセリ <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="triangle"/> ポークスープ <input type="triangle"/> ウスターーソース <input type="triangle"/> トマトケチャップ <input type="checkbox"/> さとう  <input type="checkbox"/> ワインふうちょうみりょう <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう  <input type="triangle"/> ごぼう <input type="triangle"/> こめず <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> キャベツ <input type="radio"/> ポークハム <input type="checkbox"/> ごま <input type="triangle"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> サラダドレッシング <input type="checkbox"/> サラダあぶら	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="radio"/> たまご <input type="triangle"/> あぶらあげ <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> はねぎ <input type="checkbox"/> さとう <input type="triangle"/> みりん <input type="triangle"/> うすくちしょうゆ <input type="triangle"/> こいくちしょうゆ <input type="triangle"/> けずりぶし(だし) <input type="checkbox"/> でんぶん  <input type="radio"/> 牛乳   <input type="triangle"/> おかひじき <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> キャベツ <input type="checkbox"/> まぐろのあぶらづけ(ごめゆ) <input type="checkbox"/> ごま <input type="triangle"/> こいくちしょうゆ														

○赤の食品…体をつくるもの（たんぱくしつ・むきしつ） □黄の食品…ねつや力のものとなるもの（たんすいかぶつ・しほう） △緑の食品…体の調子をととのえるもの（ビタミン）

特定原材料表示 卵:  乳製品:  小麦:  えび:  かに:  そば:  落花生:  くるみ: 