

令和7年5月 大矢野中学校献立表

今月の給食目標
給食時間を使いましょう。

日	曜	主食	牛乳	おかず	材料	エネルギー たんぱく質			
		「ハナハナ」給食							
1	木	茶飯	牛乳	さつきおでん いんげんのごま和え 粉茶の大豆かりんとう	精米 精麦(心ちまる君) ごま こんにゃく 純ねり胡麻 砂糖 砂糖(三温)	普通牛乳(飲用) 鶏肉 生揚げ うすら卵 さつま揚げ かつお節 いり大豆	たまねぎ ごぼう にんじん ふき だいこん そらめ こんぶ たけのこ いんげん もやし	815 42.7	
2	金	麦ごはん	牛乳	春のうつわ 魚の味噌マヨ焼き アスパラガスの土佐和え・かしわ餅	こんにゃく ジャガイモ でんぶん 砂糖(三温) ごま かしわもち 精米 精麦(心ちまる君)	普通牛乳(飲用) 豆腐 ちくわ かつお節 鶏肉 ホキ	にんじん ねぎ ごぼう こんぶ たまねぎ いんげん アスパラガス もやし キャベツ	771 40.4	
5	月				こどもの日				
6	火				振替休日				
7	水	コッペパン	牛乳	春野菜たっぷりスープ チリコンカン キャラメルボテト	コッペパン 砂糖 じゃがいも さつまいも バター オリーブオイル 大豆白絞油 砂糖(三温)	普通牛乳(飲用) 鶏肉 大豆 豚肉 牛乳	にんじん たまねぎ キャベツ (冷) ブロッコリー シメジ (冷) カリフラワー ビーマン にんにく ダイストマト	712 26.3	
8	木	麦ごはん	牛乳	若竹汁 チキンのごま照り焼き 春キャベツの塩レモン浅漬け	米 精麦(心ちまる君) はちみつ でんぶん ごま 砂糖(三温)	普通牛乳(飲用) かまぼこ 豆腐 かつお節 鶏肉	わかめ たまねぎ にんじん ねぎ たけのこ水煮 しょうが こんぶ えのきだけ キャベツ きゅうり レモン果汁	737 29.7	
9	金	丸パン	牛乳	春野菜のクリーミー炒め トマトとチーズのサラダ 野菜ソイぎょうざ・みかん果汁	丸パン ジャガイモ バター 油 ツイストマカロニ 米粉 砂糖(三温) オリーブオイル	普通牛乳(飲用) 鶏肉 牛乳 クリッキングチーズ 野菜ソイ餃子	エリンギ たまねぎ にんじん えんどう コーン シメジ トマト レタス きゅうり みかん果汁	789 27.9	
12	月	ピースわかめごはん	牛乳	新じゃがと新玉ねぎのみそ汁 草焼き もやしのこま和え	米 ジャガイモ 砂糖(三温) ごま 砂糖	普通牛乳(飲用) 豆腐 あげ卵 いりこ	味わかめ グリーンピース たまねぎ にんじん ねぎ しいたけ もやし 千切大根 ほうれん草 ほうれんそう	725 29.4	
13	火	春野菜カレー	牛乳	らっきょうサラダ メロン みかん果汁	米 ジャガイモ 油 砂糖(三温) ごま	豚肉 普通牛乳(飲用) ハム ミックスピニーズ	いんげん にんじん たまねぎ たけのこ水煮 らっきょう(生) にんにく しょうが きゅうり もやし キャベツ コーン メロン みかん果汁	748 22.4	
14	水	和風マヨコントースト	牛乳	春の山菜うどん 切り干し大根のキムチ和え みかん果汁	食パン うどん ごま	普通牛乳(飲用) かまぼこ あげ かつお節	コーン さざみ海苔 山菜水煮 白菜キムチ 千切大根 きゅうり もやし みかん果汁	786 25.3	
15	木				振替休業日				
16	金	食パン	牛乳	ワンタン入り中華スープ しゃしもフリッター・棒々鶏 手作りいちごジャム・みかん果汁	食パン 砂糖 油 ワンタン 砂糖(三温)	脱脂粉乳 普通牛乳(飲用) 鶏肉 しゃしもフリッター	えのきだけ ちんげん菜カット にんじん たまねぎ きくらげ きゅうり キャベツ にんじん いちご みかん果汁	772 28.3	
17	土	セルフソース勝つ丼	牛乳	手作りつみれ団子汁 みかん果汁	米 砂糖(三温) でんぶん	ロースカツ 普通牛乳(飲用) たらすり身 鶏卵 かつお節	キャベツ ねぎ しょうが たまねぎ にんじん えのきだけ みかん果汁	893 34.7	
18	日				体育大会				
19	月				振替休業日				
20	火				お弁当の日				
21	水	きなこあげぱん	牛乳	春キャベツのちゃんぽん しめじのピーナツ和え ひわ	コッペパン 黄粉 砂糖(三温) 油 中華めん らっかせい	普通牛乳(飲用) 豚肉 かまぼこ さつま揚げ	きくらげ キャベツ もやし ねぎ にんじん たまねぎ しょうが ほうれん草 しめじ ひわ	715 26.9	
		ふるさとくまさんテー (荒尾・玉名)		焼き鮭 キャベツのおかかあえ	米 砂糖(三温) 砂糖 ごま	あげ 鶏肉 卵 かつお節 ちくわ 普通牛乳(飲用) 甘塩鮭	たまねぎ ねぎ にんじん こんぶ しいたけ ごぼう キャベツ もやし きゅうり	893 34.7	
22	木	南関あげ丼	牛乳	お豆とトマトのスープ マカロニグラタン かにかまサラダ	丸パン 砂糖(三温) バター マカロニ(細) 小麦粉 パン粉 オリーブオイルEX	普通牛乳(飲用) ベーコン 鶏肉 枝豆むき身 ミックスチーズ ツイードピーマン ドライカツ かにかまフレーク	にんじん たまねぎ キャベツ ダイストマト しめじ にんにく ブロッコリー カリフラワー きゅうり コーン	713 24.3	
23	金	丸パン	牛乳	まごはやさしいみそ汁 きんびらごぼう	米 精麦(心ちまる君) ごま 油 じゃがいも こんにゃく 砂糖 ごま油 砂糖(三温)	普通牛乳(飲用) あげ 豆腐 かたくちいわし(煮干) 豚肉 さつま揚げ ちりめん	だいこん にんじん しいたけ ねぎ わかめ ごぼう いんげん れんこん 青のり	893 34.7	
26	月	麦ごはん	牛乳	味の旅「万博めぐり」 (イギリス)	豆腐とザーサイのスープ チンジャオロース かりかりきゅうり	米 濃粉(じゃがいも) ごま油 砂糖(三温)	普通牛乳(飲用) 豆腐 卵 豚肉	ザーサイ たまねぎ にんじん しいたけ ねぎ ピーマン つぼ漬 たけのこ水煮 きゅうり	698 24.3
27	火	ごはん	牛乳	ズッキーニのボトフ スコッチャッピング ショートブレッド	ココアパン ジャガイモ バター 砂糖(三温) 濃粉(じゃがいも) 中力粉 グラニュー糖	普通牛乳(飲用) 枝豆むき身 カクテルワインナー チーズ スコッチャッピング ノンドリップツナ	にんじん キャベツ たまねぎ しめじ いんげん カリフラワー ズッキーニ	893 34.7	
28	水	ココアパン	牛乳	春野菜のみそ汁 白身魚の竜田揚げ オクラのこま和え	米 精麦(心ちまる君) でんぶん こんにゃく 油 ごま 純ねり胡麻	普通牛乳(飲用) 豆腐 あげ かつお節 ホキ(生)	たけのこ えんどう キャベツ にんじん しいたけ ねぎ もやし たまねぎ オクラ(ゆで) きゅうり	804 31.9	
29	木	麦ごはん	牛乳	そら豆とベーコンのパスタ 小松菜とひじきのサラダ	薄力粉 はちみつ ホームケーキミックス バター 砂糖(三温) ブラゲッティ オリーブオイル	牛乳 普通牛乳(飲用) ベーコン ハム	ゆず そらめ たまねぎ しめじ エリンギ にんじん ひじき こまつな(ゆで) きゅうり レモン果汁	852 32.4	
30	金	はちみつレモン 蒸しパン	牛乳						

※献立や使用食材は都合により変更になる場合があります。

ふるさとくまさんテー

朝ごはんで1日を元気にスタート!

朝ごはんをしっかり食べよう!

おなかが目覚める!

朝ごはんをしっかり食べよう!



節分の翌日、「立春」(2月4日ごろ)を1日目として数え、88日目にあたる日が「ハナハナ」で、毎年5月2日ごろになります。未応がりの「ハ」が重なることから、この日に摘んだお茶はとても縁起がよいとされ、この日の新茶を飲むと長生きするといわれています。給食では、1日に茶めし、粉茶の大豆かりんとうを提供します。

体育大会応援メニュー

17日(土)は、勝負に勝つ!とかけて勝つ(カツ)丼を提供します。また、9日~17日の5日間、「ジューシー」があります。体育

