

# 令和7年5月 大矢野中学校献立表

今月の給食目標  
給食時間を楽しもう。

主食			牛乳	おかず	材料			エネルギーたんぱく質	
日	曜	「八十八夜」給食		牛乳	主にエネルギーになる		主に体の組織をつくる	主に体の調子を整える	
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(ぶちまる君) 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 そらまめ こんぶ だけのこ いんげん もやし	815 42.7	
		「端午の節句」給食		牛乳	春のつばい汁 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 じゃがいも でんぶん 砂糖(三温) ごま かしわもち 精米 精麦(ぶちまる君)	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
2	金	麦ごはん	牛乳						
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 キャラメルポテト	コッペパン 砂糖 じゃがいも さつまいも バター ｸｰﾍﾟﾊﾟﾝ 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 しめじ (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 春キャベツの塩しモン浅漬け	米 精麦(ぶちまる君) 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 だけのこ水煮 しょうが こんぶ えのきたけ キャベツ きゅうり レモン果汁	737 29.7	
9	金	丸パン	牛乳	春野菜のクリームシチュー 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 じゃがいも 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 しめじ 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 干草焼き もやしのごま和え	米 じゃがいも 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 グリンピース たまねぎ にんじん ねぎ しめじ もやし 干切大根 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 じゃがいも 油 砂糖(三温) ごま	豚肉 普通牛乳(飲用) ハム ミックスビーンズ	いんげん にんじん たまねぎ だけのこ水煮 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	和風マヨコンソートスト	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 きざみ海苔 山菜水煮 しいたけ にんじん たまねぎ 白菜キムチ 干切大根 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 ししゃもフリッター・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 ししゃもフリッター	えのきたけ 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	
		「体育大会応援」給食		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 えのきたけ みかん果汁	893 34.7
17	土	セルフソース勝っ丼	牛乳						
18	日	 体育大会 							
19	月	振替休業日							
20	火	お弁当の日							
21	水	きなこあげばん	牛乳	春キャベツのちゃんぽん しめじのピーナツ和え びわ	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 びわ	715 26.9	
		ふるさとくまさんデー (荒尾・玉名)		牛乳	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						
23	金	丸パン	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 ｼｬｰﾄﾞﾋﾞｰｽﾞﾄﾗｲﾊﾞﾙ ｶﾅｶﾏﾌﾚｰｸ	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	
26	月	麦ごはん	牛乳	まごはやさしいみそ汁 きんぴらごぼう 手作りふりかけ	米 精麦(ぶちまる君) 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 しめじ ねぎ わかめ ごぼう いんげん れんこん 青のり	893 34.7	
		味の旅「万博めぐり」 (イギリス)		牛乳	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 澱粉(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 ビーマン つば漬 だけのこ水煮 きゅうり	698 24.3
27	火	ごはん	牛乳						
28	水	ココアパン	牛乳	ズッキーニのボトフ スコッチエッグ ショートブレッド	ココアパン じゃがいも バター 砂糖(三温) 澱粉(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 カクテルウィンナー チーズ スコッチエッグ 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	
29	木	麦ごはん	牛乳	春野菜のみそ汁 白身魚の竜田揚げ オクラのごま和え	米 精麦(ぶちまる君) 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)	だけのこ えんどう キャベツ にんじん しめじ ねぎ もやし たまねぎ オクラ(ゆで) きゅうり	804 31.9	
30	金	はちみつレモン 蒸しパン	牛乳	そら豆とベーコンの Pasta 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) ｶﾅｶﾞﾂﾅ ｸｰﾍﾟﾊﾟﾝ ｵｲﾙ	牛乳 普通牛乳(飲用) ベーコン ハム	ゆず そらまめ 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	

※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。

## ふるさとくまさんデー

毎月19日は、「食」について考える日「食育の日」です。  
給食では、この19日前後に「ふるさと熊(くま)産(さん)デー」を設け、熊本県産の食材や郷土料理を取り入れた給食を提供したいと思います。熊本や天草の自然・文化・産業などに関心や理解を深め、自分たちの育った郷土を愛する心を育ててほしいと思います。

## 朝ごはんを1日を元気にスタート!

朝ごはんをしっかりと食べよう!  
おなかが目覚める!

朝ごはんをしっかりと食べよう!



脳が  
目覚める!

体を  
ウォームアップ!

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「八十八夜」で、毎年5月2日ごろになります。未だの「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、「ジュシー」があります。体育

