

《2025年5月分 学校給食 献立及び材料表》 中学校

関市学校給食センター (単位:グラム)

日	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	5月13日 火	5月14日 水	5月15日 木	5月16日 金
献立及び材料 (中学校)	麦ごはん	麦ごはん	お茶コッパン	麦ごはん	麦ごはん	麦ごはん	麦ごはん	食パン	麦ごはん	麦ごはん
	精米 90	精米 90	お茶パン(粉75g) 75	精米 90	精米 90	精米 90	精米 90	普通パン(粉85g) 85	精米 90	精米 90
	米粒麦 9	米粒麦 9	牛乳200ml	米粒麦 9	米粒麦 9	米粒麦 9	米粒麦 9	牛乳200ml	米粒麦 9	米粒麦 9
	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml 206	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml 206	牛乳200ml	牛乳200ml
	牛乳200ml 206	牛乳200ml 206	オムレツ	牛乳200ml 206	牛乳200ml 206	牛乳200ml 206	牛乳200ml 206	牛乳200ml 206	牛乳200ml 206	牛乳200ml 206
	ハンバーグオニオンソース	揚げギョウザ	プレーンオムレツ 60	かつおとじゃがいもの揚げがらめ	こあゆみ米粉付き	鶏もも肉	いわしの梅煮	ポロニアステーキ 60	大豆のつみ揚げ	さわらの照り焼き
	鶏豚ハンバーグ 80	ギョウザ 60	豆乳スープ	かつお切りかつお粉付き 37.5	こあゆみ米粉付き 32	鶏もも肉 60	いわしの梅煮 50	ポロニアステーキ 60	大豆のつみ揚げ 60	さわらの照り焼き 60
	三温糖 1.25	なたね油 6	なたね油 0.375	じゃがいも 25	なたね油 3.2	米粉 0.5	ゆば入りすまし汁	トマトケチャップ 1.875	大豆のつみ揚げ 60	肉すい
	こいくちしょうゆ 3.75	中華スープ	たまねぎ 43.75	なたね油 6.25	みりん 0.5	料理酒 2	水 160	三温糖 1.25	孫六みそ汁	なたね油 0.375
	みりん 2.5	なたね油 0.375	にんじん 12.5	みりん 1.5	三温糖 1	塩 0.1	ゆば 8.75	ウスターソース 1.875	水 137.5	おろししょうが 0.625
	炒めたたまねぎ 6.25	たまねぎ 43.75	こしょう 0.0125	こいくちしょうゆ 2.5	こいくちしょうゆ 1.2	こしょう 0.02	まいたけ 6.25	米粉 0.25	たまねぎ 18.75	牛もも肉 20
	かたくり粉 0.25	にんじん 12.5	水 137.5	トマトケチャップ 4.5	おろししょうが 0.2	みりん 0.7	うすくちしょうゆ 5.75	溶き水 1.25	だいこん 25	三温糖 0.5
	水 5	たけのこ 6.25	スープストック 1.5	三温糖 0.75	かたくり粉 0.1	こいくちしょうゆ 1.8	みりん 2.5	コーン卵スープ	油揚げ 6.25	みりん 1.25
	つぼん汁	水 162.5	白いんげん豆ペースト 18.75	水 3	三温糖 1	三温糖 1	液体だし 1.875	なたね油 0.375	孫六みそ 6.25	こいくちしょうゆ 1.125
	なたね油 0.375	とうもろこし 12.5	アスパラガス 6.25	たけのこ入りみそ汁	ハヤシライス	ゆずマーマレード 3	かまぼこ 12.5	たまねぎ 25	豆みそ 5	たまねぎ 18.75
	鶏もも肉 25	中華だし 3.125	ブロッコリー 18.75	水 137.5	なたね油 0.3125	ゆず果汁 0.5	えのきたけ 12.5	にんじん 10	溶き水 16.25	水 100
	ごぼう 10	乾燥わかめ 0.375	米粉ホワイトルウ 6.25	たけのこ 18.75	おろしにんにく 0.875	かたくり粉 0.2	豆腐 37.5	こしょう 0.0125	液体だし 1.625	冷凍豆腐 50
	にんじん 10	塩 0.25	溶き水 12.5	まいたけ 6.25	豚もも肉 25	溶き水 3	みつば 3.75	水 162.5	豆腐 31.25	うすくちしょうゆ 4.5
	だいこん 12.5	かたくり粉 1.25	豆乳 25	ねじ 10	赤ワイン 1.875	呉汁	肉じゃが	とうもろこし 12.5	こまつな 3.75	液体だし 1.375
	水 137.5	溶き水 6.25	かぼちゃサラダ	ミックスみそ 10	こしょう 0.0125	水 143.75	なたね油 0.3125	コーンペースト 25	きんぴらごぼう	塩 0.0625
	乾しいたけ 0.375	五目丼の具	かぼちゃ 31.25	液体だし 1.375	にんじん 25	だいこん 37.5	豚もも肉 18.75	スープストック 1.625	なたね油 0.3125	ねぎ 10
	焼き豆腐 25	なたね油 0.375	じゃがいも 25	溶き水 16.25	たまねぎ 50	にんじん 12.5	たまねぎ 25	塩 0.125	ごぼう 31.25	ひじきの煮物
	ちくわ 10	おろししょうが 0.375	むぎ枝豆 10	油揚げ 6.25	じゃがいも 31.25	大豆ペースト 12.5	にんじん 12.5	かたくり粉 0.625	にんじん 12.5	なたね油 0.375
	うすくちしょうゆ 6.25	豚もも肉 25	うすくちしょうゆ 3.75	豆腐 37.5	マッシュルーム 10	みみそ 6.25	じゃがいも 56.25	溶き水 3.75	こんにやく 11.25	にんじん 12.5
	液体だし 1.875	酒 0.625	三温糖 2.5	ねぎ 6.25	まいたけ 6.25	三温糖 12.5	三温糖 3.125	液卵 18.75	くきわかめ 12.5	長ひじき 5.625
もやしとこまつなのごまあえ	乾しいたけ 0.375	なたね油 1.25	キャベツのサラダ	水 105	こいくちしょうゆ 2.5	みりん 1.25	こまつな 5	三温糖 2.5	こんにやく 6.25	
りょくとうもやし 50	なると 10	りんご酢 1.875	キャベツ 43.75	ローリエパウダー 0.0125	液体だし 1.25	こいくちしょうゆ 5	切干だいこんのサラダ	こいくちしょうゆ 4	三温糖 2.5	
こまつな 12.5	こしょう 0.0125	ミルククリーム	にんじん 6.25	スープストック 1.25	油揚げ 3.75	液体だし 0.625	切干だいこん 5	みりん 0.625	大豆水煮 6.25	
すりごま 2.5	中華だし 1.25	ミルククリーム 15	とうもろこし 6.25	トマトピューレー 6.25	豆腐 37.5	こんにやく 18.75	きゅうり 10	水 3.75	こいくちしょうゆ 2.75	
こいくちしょうゆ 2.5	うすくちしょうゆ 3.125	キャベツ 37.5	ごぼうの日ゼリー	こいくちしょうゆ 0.5	ねぎ 6.25	いんげん 6.25	りょくとうもやし 18.75	はんぺん 6.25	みりん 0.5	
三温糖 0.625	りょくとうもやし 37.5	ごま油 0.3125	クリームソーダ風ゼリー 40	溶き水 32.5	ごぼう 25	ごぼう 25	三温糖 2.5	ごま油 0.25	液体だし 0.6	
	ごま油 0.3125	かたくり粉 1.25		海藻サラダ	りょくとうもやし 25	りょくとうもやし 25	うすくちしょうゆ 3.5	いりごま 0.625	水 10	
	かたくり粉 1.25	溶き水 6.25		海藻ミックス 1.25	とうもろこし 6.25	とうもろこし 6.25	穀物酢 2.5	なたね油 0.375	ちくわ 12.5	
	溶き水 6.25	冷凍パイ		キャベツ 50	きゅうり 6.25	きゅうり 6.25	なたね油 0.375		いんげん 6.25	
	冷凍パイ	パイナップル 40		赤ピーマン 3.75	ごまドレッシングボトル 12.5	ごまドレッシングボトル 12.5				
	パイナップル 40			三温糖 2.5						
				こいくちしょうゆ 2.5						
				穀物酢 2.5						
				ごま油 0.375						
エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分
739 2.9	784 2.7	793 3.9	771 2.6	739 3	764 2.3	759 2.9	747 4	764 2.8	722 2.9	

日	5月19日 月	5月20日 火	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	5月29日 木	5月30日 金
献立及び材料 (中学校)	麦ごはん	山菜五目ごはん	胚芽コッパン	麦ごはん	麦ごはん	麦ごはん	麦ごはん	コッパン	麦ごはん	麦ごはん
	精米 90	なたね油 0.375	胚芽コッパン(粉75g) 75	精米 90	精米 90	精米 90	精米 90	普通パン(粉75g) 75	精米 90	精米 90
	米粒麦 9	おろししょうが 0.625	牛乳200ml	米粒麦 9	米粒麦 9	米粒麦 9	米粒麦 9	牛乳200ml	米粒麦 9	米粒麦 9
	牛乳200ml	鶏もも肉 25	牛乳200ml 206	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml 206	牛乳200ml	牛乳200ml
	牛乳200ml 206	料理酒 1.25	明宝ソーセージ	牛乳200ml 206	牛乳200ml 206	牛乳200ml 206	牛乳200ml 206	牛乳200ml 206	牛乳200ml 206	牛乳200ml 206
	シュウマイ	にんじん 12.5	明宝フランク 40	いかフリッター	めばるの柚庵焼き	大豆ハンバーグのおろしだれ	さけの西京みそ焼き	鶏むね肉 62.5	お茶きな粉豆	あじの開きフライ
	シュウマイ 60	山菜ミックス 18.75	春野菜のスープ	いかフリッター 40	めばる柚庵漬け 60	大豆ハンバーグ 60	さけ西京みそ漬け 60	料理酒 1.25	煎り大豆 15	あじ開きフライ 50
	マーボー豆腐	沢あざみ 6.25	なたね油 0.375	なたね油 4	たぬき汁	三温糖 1.25	根菜汁	おろししょうが 0.5	三温糖 6.25	なたね油 5
	なたね油 0.3125	油揚げ 5	じゃがいも 31.25	めった汁	なたね油 0.3125	こいくちしょうゆ 2.5	ごま油 0.375	かたくり粉 12.5	水 1.875	豚汁
	おろしにんにく 0.5	水 112.5	にんじん 12.5	豚もも肉 12.5	おろししょうが 0.375	みりん 2.5	ごぼう 18.75	なたね油 6.25	きなこ 0.375	豚もも肉 18.75
	おろししょうが 0.5	三温糖 1.25	水 150	おろししょうが 0.375	にんじん 18.75	だいこん 6.25	だいこん 25	みりん 2.125	粉末茶 0.25	ごぼう 10
	トウバンジャン 0.25	こいくちしょうゆ 6	スープストック 1.875	だいこん 18.75	こんにやく 25	かたくり粉 0.25	水 137.5	こいくちしょうゆ 5	なたね油 0.25	だいこん 25
	豚ミンチ 31.25	液体だし 0.625	こしょう 0.0125	にんじん 12.5	えのきたけ 12.5	水 1.25	豆腐 37.5	三温糖 5	カレーライス	にんじん 10
	たまねぎ 50	アルファ化米 62.5	アスパラガス 10	さつまいも 18.75	油揚げ 3.75	わかめスープ	こいくちしょうゆ 6.25	レモン果汁 2.5	なたね油 0.3125	こんにやく 12.5
	たけのこ 18.75	牛乳200ml	キャベツ 31.25	水 137.5	水 162.5	たまねぎ 31.25	液体だし 1.875	ミネストローネ	おろしにんにく 1.25	水 137.5
	水 25	牛乳200ml 206	ミックスみそ 2.5	ごぼう天 6.25	ごぼう天 18.75	塩 0.3125	油揚げ 6.25	なたね油 0.375	豚もも肉 25	豆みそ 10
	三温糖 1.25	うの花コロッケ	塩 0.125	孫六みそ 5	こいくちしょうゆ 4.375	中華だし 2.5	ねぎ 6.25	たまねぎ 18.75	たまねぎ 50	溶き水 16.25
	塩 0.15	うの花コロッケ 60	さやえんどう 6.25	溶き水 16.25	液体だし 1.5	こいくちしょうゆ 1.25	友禅ごはんの具	にんじん 18.75	にんじん 12.5	煮干し粉 0.625
	中華だし 1.25	なたね油 6	チキンピーズ	液体だし 1.375	かたくり粉 0.75	えのきたけ 10	三温糖 2.5	じゃがいも 25	じゃがいも 31.25	豆腐 25
	豆みそ 3.75	すまし汁	なたね油 0.375	油揚げ 6.25	溶き水 6.25	かまぼこ 10	料理酒 5	こしょう 0.0125	粉チーズ 2.5	ねぎ 6.25
	こいくちしょうゆ 4.125	水 162.5	おろしにんにく 0.5	豆腐 25	塩 0.375	キャベツ 25	うすくちしょうゆ 3.75	スープストック 3.125	カレーパウダー 0.125	ブロッコリーのおかかあえ
	酒 2.5	さば節だしパック 2.5	鶏もも肉 15	キャベツの昆布あえ	ねぎ 6.25	キャベツ 37.5	高野豆腐の卵とじ	水 137.5	水 82.5	ブロッコリー 50
	冷凍豆腐 75	えのきたけ 10	たまねぎ 50	キャベツ 37.5	高野豆腐の卵とじ	チャブチ	鶏ミンチ 25	トマト水煮 15	花かつお 0.625	水 100
	かたくり粉 1.25	しめじ 10	マッシュルーム 10	こまつな 6.25	なたね油 0.3125	なたね油 0.375	にんじん 43.75	トマトピューレー 6.25	ウスターソース 3.75	こいくちしょうゆ 2.5
	溶き水 5.625	かまぼこ 10	大豆水煮 25	りょくとうもやし 12.5	鶏むね肉 18.75	豚もも肉 22.5	いり卵 18.75	オレガノチップ 0.0125	米粉カレールウ 15	三温糖 0.625
ねぎ 6.25	豆腐 37.5	三温糖 0.875	塩昆布 2.5	たまねぎ 25	酒 0.25	みつば 6.25	ひよこ豆 10	溶き水 32.5	ヨーグルト	
ごま油 0.375	うすくちしょうゆ 5.75	スープストック 0.375	液体だし 1.375	乾しいたけ 0.625	おろししょうが 0.125		キャベツ 18.75	牛乳 25	ヨーグルト 50	
三色あえ	乾燥わかめ 0.625	こしょう 0.0125	液体だし 1.375	水 45	おろしにんにく 0.125		だいこんのサラダ	アスパラサラダ		
りょくとうもやし 56.25	こまつな 3.75	水 25	油揚げ 6.25	三温糖 1.75	トウバンジャン 0.125		だいこん 50	キャベツ 37.5		
にんじん 10	豆乳プリンタルト	トマトケチャップ 3.75	液体だし 0.875	塩 0.1875	にんじん 12.5		きゅうり 6.25	アスパラガス 18.75		
きゅうり 6.25	豆乳プリンタルト 25	トマトピューレー 15	かたくり粉 0.75	うすくちしょうゆ 3.75	乾しいたけ 0.625		赤ピーマン 6.25	とうもろこし 10		
こいくちしょうゆ 3.125		デミグラスソース 1.25	溶き水 6.25	液体だし 0.875	たけのこ 5		黄ピーマン 6.25	ごまドレッシングボトル 10		
三温糖 2.25		こいくちしょうゆ 1	溶き水 10	むぎ枝豆 3.75	大豆もやし 18.75		和風ドレッシング			
塩 0.125		ハヤシルウ 3.625	高野豆腐 7.5	高野豆腐 7.5	酒 1.25		和風ドレッシング			
こしょう 0.0125		溶き水 10	米粉 0.125	米粉 0.125	三温糖 0.375					
なたね油 0.375			溶き水 1.25	溶き水 1.25	中華だし 0.625					
穀物酢 2.5			液卵 25	液卵 25	こいくちしょうゆ 1.25					
			アメリカンチェリー	アメリカンチェリー	オイスターソース 1					
			アメリカンチェリー 20	アメリカンチェリー 20	こまつな 5					
					えんどうはるさめ 7.5					
					ごま油 0.625					
エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分
784 2.7	703 3.1	796 4	714 2.4	728 3.3	752 2.9	759 2.5	768 4	798 2.3	738 2.3	

*エネルギーの単位はkcalです。
*塩分の単位はgです。

*食材の分量は、中学校の分量になっています。
*入荷都合等により、献立もしくは材料を変更する場合がありますので、ご了承下さい。
*学校給食は、学校給食地産地消推進事業により、県・市・JA中央会の一部助成を受けています。
*学校給食で使用する加工食品の原材料についての明細は関市ホームページでお知らせしています。
*X(旧twitter)で給食献立写真を掲載しています。
*ご意見、ご不明な点などありましたら、関市学校給食センターまでご連絡ください。(0575-22-3588)



ホームページ



X(旧twitter)