



令和7年5月

新宮町立新宮小学校

ひに ち ようび	こんだてめい	たいないでのおもなはたらき			エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)
		おもにからだをつくるもとになる	おもにからだのちょうしをととのえるもとになる	おもにエネルギーのもとになる			
1 (木)	ぎゅうにゅう 子どもの日お祝い献立 しょくパン ハニーマスタークッキン わかめサラダ ミネストローネ 子どものひゼリー	ぎゅうにゅう とりにく わかめ しらすぼし とりにく しろいんげんまめ	パン はちみつ あぶら さとう じゃがいも マカロニ さとう ゼリー	620	27.8	23.2	
	ぎゅうにゅう もろこしごはん ごうやどうふのカラコロに ごじる	ぎゅうにゅう とりにく こうやどうふ だいす あぶらあげ とうにゅう みそ	コーン たまねぎ にんじん えだまめ しいたけ ごぼう たまねぎ ねぎ	614	26.9	19.1	
	ぎゅうにゅう こくとうコッペパン ほうれんそうオムレツ ツナサラダ とうにゅうクリームスープ	ぎゅうにゅう たまご まぐろ ぶたにくしろいんげんまめとうにゅうとうにゅうクリーム	こくとうパン あぶら たまごなしマヨネーズ じゃがいも こむぎこ とうにゅうバター	677	25.7	30.9	
	ぎゅうにゅう むきごはん さわらのさいきょうやき ごまますあえ すまじる	ぎゅうにゅう さわら こめみそ かまぼこ どりにく とうふ	こめ さとう ごま さとう	590	27.9	16.2	
12 (月)	福岡県の郷土料理 がめ煮	ぎゅうにゅう とりにく ひじきしらすぼし こんぶつくだに	こめ じゃがいも さとう あぶら さとう ごまあぶら	550	18.3	13.6	
		ぎゅうにゅう ソフトフランスパン あじのパンこやき ジャーマンポテト カレースープ	ぎゅうにゅう あじ ペーコン 「ガルパンゾー」ともいいます ひよこまめ どりにく	ソフトフランスパン オリーブゆ パンこ じゃがいも オリーブあぶら たまねぎ にんじん キャベツ ブロッコリー	589	32.9	19.8
14 (水)	ぎゅうにゅう むきごはん にくじやが やさいのトレッシングあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく	こめ じゃがいも あぶら さとう あぶら さとう	576	17.7	14.7	
15 (木)	ぎゅうにゅう ワンローフパン いちごジャム しろみざかなのフライ プロッコリーとコーンのサラダ ラビオリースープ	ぎゅうにゅう ホキフライ プレスハムスライス くきわかめ	パン いちごジャム あぶら さとう オリーブゆ ラビオリ ジャガイモ	635	25.2	21.5	
	ぎゅうにゅう むきごはん さばのかばやき(あげ) きりばしだいこんのごまあえ じゃかいものみそしる	ぎゅうにゅう さば あぶらあけ みそ	こめ あぶら さとう かたくりこ さとう ごま じゃがいも	637	27.1	20.8	
	ぎゅうにゅう ごはん しゅうまい チャブチエ トック	ぎゅうにゅう しゅうまい ぶたにく たまご	こめ はるさめ さとう ごまあぶら トック ごまあぶら	626	19.9	19.5	
20 (火)	ぎゅうにゅう きなこあげパン ペーコンとじゃがいものスープ カリフラワーのサラダ	ぎゅうにゅう きなこ ペーコン ぶたにく ハム	ミルクパン あぶら さとう じゃがいも あぶら オリーブゆ さとう	606	23.9	25.7	
21 (水)	ぎゅうにゅう むきごはん いわしのうめに あおのりあえ とうふのみそしる	ぎゅうにゅう いわしのうめに あおのり とうふ、わかめ みそ	こめ さとう じゃがいも	585	23.5	15.9	
	ぎゅうにゅう ハンバーガー ¹ ぐだくさんスープ キャベツとハムのサラダ	ぎゅうにゅう ハンバーグ とりにく ハム	パン さとう かたくりこ じゃがいも あぶら さとう オリーブゆ	587	26.3	26.8	
	ぎゅうにゅう むきごはん ハッシュドポーク プロッコリーのサラダ アセロラゼリー	ぎゅうにゅう ぶたにく	こめ あぶら オリーブゆ さとう ゼリー	655	20.6	20.6	
27 (火)	ぎゅうにゅう ミルクレセントロールパン とうにゅうクリームスパゲッティ ごぼうといんげんのサラダ	ぎゅうにゅう どりにく ベーコン しろいんげんまめ とうにゅう	パン スパゲッティ あぶら こむぎこ ごま たまごなしマヨネーズ	596	24.8	26.0	
	ぎゅうにゅう むきごはん みそかつ こまつなあえもの うおそうめんじる	ぎゅうにゅう ヒレカツ あかみそ あぶらあげ しらすぼし うおそうめん わかめ	こめ あぶら さとう ごまあぶら さとう	618	25.4	16.2	
29 (木)	ぎゅうにゅう ワンローフパン ピーンズシチュー キャベツとツナのサラダ オレンジ	ぎゅうにゅう 「レッドキドニー」ともいいます とりにくしろいんげんまめ きんときまめ とうにゅうクリーム まぐろ オレンジ	パン じゃがいも こむぎこ とうにゅうバター あぶら レモンドレッシング	592	24.2	22.0	
	ぎゅうにゅう むきごはん さばのとうばんじゃんソース ひじきのいめい キャベツのみそしる	ぎゅうにゅう さば ひじき かくてんぶら あぶらあげ とうふ、わかめ みそ	こめ さとう かたくりこ ごまあぶら さとう	643	25.6	24.2	

※材料購入等の都合により、献立を変更することがありますのでご了承ください。お問い合わせがありましたら、学校へご連絡ください。

※新宮町では、地産地消（住んでいる地域でつくられた食材をその地域で消費する（食べる）という事）に取り組んでいます。

給食で使用する食材は、なるべく県産品の使用に努めています。