



5月分 献立予定表



立花小学校ホームページにも掲載中！
令和7年度
新宮町立 立花小学校

給食日	曜日	牛乳	献立名	使われている食品と主な働き			熱量 (kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (g)
				赤 血や肉、骨になる	緑 体の調子を整える	黄色 熱や力のもとになる			
1	木	○	ハニーレモントースト ポークビーンズ ロマネスコカリフラワーのサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず みそ	にんじん たまねぎ とうもろこし レモン えだまめ ロロマネスコカリフラワー	パン パター はちみつ さとう じゃがいも あぶら	619	24.8	23.3
2	金	○	【5月5日はこどもの日(端午の節句)】 わかめごはん 鮭のマヨネーズ焼き 春雨のすまし汁 こどもの日デザート	ぎゅうにゅう ★わかめ さけ とうふ	とうもろこし たまねぎ ねぶかねぎ レモン マッシュルーム しいたけ	こめ おぎ エッグケアマヨネーズ はるさめ ゼリー	595	21.8	17.4
7	水	○	チキンライス ポテトサラダ 野菜たっぷりミルクスープ	ぎゅうにゅう とりにく ハム なまクリーム	たまねぎ にんじん マッシュルーム グリーンピース きゅうり キャベツ ブロッコリー	こめ あぶら じゃがいも エッグケアマヨネーズ	629	19.9	24.6
8	木	○	【福岡県名物:丸天うどん】 黒糖食パン 丸天うどん(うどん、丸天) れんこんのサラダ ムース	ぎゅうにゅう ★わかめ まるてん ハム ムース	しいたけ ねぶかねぎ ブロッコリー れんこん にんじん	パン うどん さとう ドレッシング エッグケアマヨネーズ	609	23.7	20.1
9	金	○	麦ごはん ちりめんふりかけ ごぼうと豚肉の炊き合わせ ほうれん草の酢の物	ぎゅうにゅう しらすばし ★こんぶ かつおぶし ぶたにく あつあげ	にんじん ごぼう たけのこ こんにゃく みずな ほうれんそう きりばしだいこん とうもろこし	こめ おぎ ごま さとう あぶら	603	23.3	17.3
12	月	○	麦ごはん 鯖のホイル焼き 切干大根の酢の物 かきたま汁	ぎゅうにゅう さば みそ たまご とうふ	きりばしだいこん きくらげ きゅうり にんじん ねぶかねぎ	こめ おぎ さとう でんぷん	616	27.5	16.9
13	火	○	ソフトフランス ブラウンシチュー ひじきのサラダ いちごヨーグルト	ぎゅうにゅう ぶたにく ★ひじき いちごヨーグルト	たまねぎ にんじん キャベツ みずな とうもろこし	パン じゃがいも あぶら こむぎこ パター さとう ごまあぶら	596	21.9	21.7
14	水	○	麦ごはん ホキフライ リっちゃんサラダ 具だくさんのみそ汁	ぎゅうにゅう ホキ かつおぶし ★こんぶ ハム あぶらあげ みそ	キャベツ きゅうり にんじん とうもろこし だいこん ごぼう ねぶかねぎ こんにゃく	こめ おぎ あぶら さとう	612	22.2	18.0
15	木	○	ワンローフパン あまおういちごジャム 焼きそば ブロッコリーのサラダ カリポリきなこ豆	ぎゅうにゅう ぶたにく ★あおのり だいず きなこ	きくらげ にんじん たまねぎ キャベツ もやし ねぶかねぎ ブロッコリー とうもろこし	パン いちごジャム ちゃんぽんめん あぶら さとう	664	25.7	26.6
16	金	○	麦ごはん 鰯の梅煮 ごぼうサラダ 呉汁	ぎゅうにゅう いわし あぶらあげ だいず みそ	ごぼう キャベツ にんじん たまねぎ ねぶかねぎ うめ	こめ おぎ エッグケアマヨネーズ じゃがいも	621	22.6	19.8
19	月	○	麦ごはん 豆腐とニラの中華煮 春雨のナムル ニューサマーオレンジ	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ ツナ	たまねぎ きくらげ にんじん にら たけのこ きゅうり とうもろこし ニューサマーオレンジ	こめ おぎ あぶら さとう ごまあぶら でんぷん はるさめ	613	22.2	17.8
20	火	○	【福岡県名物:豚骨ラーメン】 ミルクねじりパン 豚骨ラーメン ほうれん草とツナの和え物	ぎゅうにゅう ぶたにく ツナ	もやし にんじん こまつな きくらげ ほうれんそう きりばしだいこん	パン ちゃんぽんめん ごま あぶら ごまあぶら さとう	589	24.8	23.2
21	水	○	鯖そぼろ丼(麦ごはん) 小松菜のごま和え けんちん汁	ぎゅうにゅう さば とうふ あぶらあげ	こんにゃく グリンピース こまつな キャベツ にんじん ごぼう ねぶかねぎ	こめ おぎ あぶら さとう ごま さとも	606	21.5	19.6
22	木	○	チーズハンバーガー(横割丸パン) (ハンバーグ、スライスチーズ、食ケチャップ) フレンチサラダ コーンチャウダー	ぎゅうにゅう ハンバーグ チーズ ベーコン	キャベツ ブロッコリー にんじん たまねぎ とうもろこし	パン あぶら さとう じゃがいも	651	28.1	30.6
23	金	○	【お誕生日給食】 ミートボールカレー(麦ごはん) ひんやりフルーツゼリー	ぎゅうにゅう とりにく だいず とうにゅう	たまねぎ にんじん みかん パイン もも	こめ おぎ じゃがいも あぶら カクテルゼリー	701	22.4	18.5
27	火	○	ミルククレーセントロールパン 鮭のチーズフライ 甘夏サラダ ラビオリスープ ヨーグルト	ぎゅうにゅう さけ チーズ しろいんげんまめ ヨーグルト	あまなつみかん きゅうり キャベツ にんじん たまねぎ トマト	パン あぶら さとう ラビオリ	633	26.7	23.5
28	水	○	麦ごはん 甘味噌そぼろじゃが きゅうりと若布の甘酢和え オレンジ	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ ★わかめ	たまねぎ にんじん さやいんげん きゅうり もやし とうもろこし オレンジ	こめ おぎ あぶら じゃがいも さとう ごまあぶら	596	18.9	15.5
29	木	○	チョコチップ蒸しパン ほうれん草の和風パスタ カリフラワーサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく ベーコン	たまねぎ ほうれんそう にんじん しめじ カリフラワー きゅうり とうもろこし	ホットケーキミックス パター さとう チョコレート スパゲティ あぶら	712	22.6	31.3
30	金	○	麦ごはん 秋刀魚のみぞれ煮 ひじきのさっぱり和え みそ汁	ぎゅうにゅう さんま ★わかめ ★ひじき ハム とうふ みそ	キャベツ にんじん たまねぎ だいこん ねぶかねぎ	こめ おぎ ごまあぶら さとう じゃがいも	597	22.4	17.5

※体をつくる(赤)の仲間て体の調子を整える(緑)の働きもある食材に★印をつけています。※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。

※新宮町では、地産地消(住んでいる地域で作られた食材をその地域で消費すること)に取り組んでいます。

給食で使用する食材は、なるべく地元産・九州産のものを使用しています。5月に使用する予定の主な食材の産地は次のとおりです。

種類	主な産地	種類	主な産地	種類	主な産地
ねぶかねぎ	大分	じゃがいも	北海道	キャベツ	福岡・熊本
きゅうり	福岡・佐賀	たまねぎ	北海道	にんじん	長崎
みずな・だいこん・こまつな	福岡	ごぼう	熊本	ニューサマーオレンジ	福岡・佐賀
もやし	大分	にら	熊本		

