

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 ロマネスクカリフラワーのサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく だいす みそ	にんじん たまねぎ とうもろこし レモン えだまめ ロマネスクカリフラワー	パン バター はちみつ さとう ジャガイモ 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 春雨のすまじ汁 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 むぎ 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 グリンピース きゅうり キャベツ プロッコリー	こめ あぶら ジャガイモ 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 プロッコリー 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 ごぼうと豚肉の炒き合せ ほうれん草の酢の物	ぎゅうにゅう しらすぼし ★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 มizuな ほうれんそう きりぼしだいこん とうもろこし	こめ むぎ ごま さとう あぶら	603	23.3	17.3	
12 月	○	麦ごはん 醤のホイル焼き 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	きりぼしだいこん きくらげ きゅうり にんじん ねぶかねぎ	こめ むぎ さとう でんぶん	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 ジャガイモ あぶら こむぎこ バター さとう ごまあぶら	596	21.9	21.7	
14 水	○	麦ごはん ホキフライりっちゃんサラダ 真だくさんのみそ汁	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	キヤベツ 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 むぎ 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 プロッコリーのサラダ カリボリきなこ豆	ぎゅうにゅう ぶたにく ★あおのり だいす きなこ	きくらげ にんじん たまねぎ キヤベツ もやしへ ねぶかねぎ プロッコリー 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 真汁	ぎゅうにゅう いわし あぶらあげ だいす みそ	ごぼう キヤベツ にんじん たまねぎ ねぶかねぎ うめ	こめ むぎ 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 むぎ あぶら さとう ごまあぶら でんぶん 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 きりぼしだいこん	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 キヤベツ にんじん ごぼう ねぶかねぎ	こめ むぎ あぶら さとう ごま さといも	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、一食ケチャップ) 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	キヤベツ プロッコリー 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 だいす どうにゅう	たまねぎ にんじん みかん パイン もも	こめ むぎ ジャガイモ あぶら カクテルゼリー	701	22.4	18.5	
27 火	○	ミルクセントロールパン 鮭のチーズフライ 甘夏サラダ ラビオリースープ 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 キヤベツ 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 むぎ 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 バター 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	キヤベツ にんじん たまねぎ だいこん ねぶかねぎ	こめ むぎ ごまあぶら さとう ジャガイモ	597	22.4	17.5	

※体をつくる(赤)の仲間で体の調子を整える(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	キヤベツ	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		

