




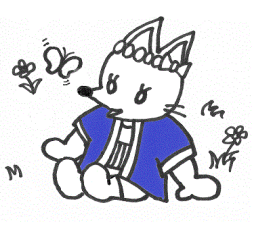
* 年間および毎月使用物資 成分配合表については市ホームページをご覧ください。尚、献立変更等、学校独自で使用する物資の場合は各学校にお問い合わせください。

2026 年

5 月 献立表



- 牛乳は毎日つきます。
- 都合により献立の一部を変更することがあります。
- 学校給食において、調理工程および加工品等の微量混入(コンタミネーション)の可能性は排除できません。

月	火	水	木	金
<p>今月の食育献立 ~煮ごめ~</p> <p>「煮ごめ」広島県西部の安芸地方で作られる郷土料理です。親鸞聖人が重体の時に、弟子たちが暖をとるために周りにあった野菜と親鸞聖人の好物である小豆を入れて煮込んで食べたのがはじまりと言われます。精進料理のため、だしや具に肉や魚は使わないことと、小豆が入っているのが特徴です。味付けは基本的にしょうゆで、素材の味を楽しめるシンプルな味付けになっています。</p> 		<p>マーラータン</p> <p>マーラータンは中国で昔から愛されている、春雨や野菜などの具材を煮込んだスープ料理です。「麻(マー)」は花椒による心地よい痺れ、「辣(ラー)」は唐辛子のほんのりとした辛さ、「湯(タン)」はスープを意味していて、まさに名前がその特徴を物語っています。</p> 		<p>1</p> <p>飲用牛乳 ごはん ごはん ◎ チリビーンズライス ○ 梅こんぶサラダ</p> <p>◎ ぶたひき肉 ひきわり大豆 玉ねぎ トマトピューレ トマトジュース 塩 チキンコンソメ ○ 糸昆布 ごま油</p> <p>ベーコン 人参 じゃがいも 油 赤ワイン ケチャップ 濃しようにゆ チリパウダー 砂糖 でんぶん キャベツ ねり梅 酢 砂糖</p>
4	5	6	7	8
<p>みどりの日</p> 	<p>こどもの日</p> 	<p>振替休日</p> 	<p>飲用牛乳 ごはん ごはん ◎ きつね丼 ○ じゃがいものレモン炒め</p> <p>◎ とり肉 厚揚げ 豆腐 卵 青ねぎ 玉ねぎ 削り節 濃しようにゆ 酒 でんぶん ○ ぶた肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ 油 レモン果汁 チキンコンソメ 塩 こしょう</p>	<p>飲用牛乳 麦ごはん むぎごはん ◎ 肉じゃが ○ マルルーサのバーベキューソース</p> <p>◎ ぎゅう肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ 枝豆 油 削り節 濃しようにゆ ○ マルルーサ 塩 こしょう でんぶん 油 濃しようにゆ 酒 砂糖 しょうが にんにく 玉ねぎ りんご</p>
11	12	13	14	15
<p>飲用牛乳 ごはん ごはん ◎ 関東煮 ○ もやしのピリ辛炒め</p> <p>◎ とり肉 ちくわ 厚揚げ 人参 じゃがいも こんにやく 削り節 砂糖 濃しようにゆ ○ ぶた肉 人参 もやし 油 ごま油 コチュジャン 砂糖 濃しようにゆ 酒 塩 こしょう</p>	<p>飲用牛乳 ココアパン ココアパン ◎ クリームシチュー ○ 春キャベツと人参のソテー</p> <p>◎ とり肉 じゃがいも 人参 アスパラガス 玉ねぎ 油 粉チーズ パター 小麦粉 牛乳 スキムミルク 塩 こしょう ○ ベーコン 人参 春キャベツ 淡しようにゆ 塩 こしょう 油</p>	<p>飲用牛乳 □ チキンライス アルファ化米 ◎ 野菜スープ ○ ミニハンバーグ</p> <p>◎ とり肉 人参 えんどう豆 玉ねぎ 油 塩 チキンコンソメ ケチャップ ウスターソース こしょう ◎ ベーコン じゃがいも 人参 玉ねぎ キャベツ ハセリ 油 とりがらスープ 淡しようにゆ ローリエ 塩 こしょう ○ ミニハンバーグ</p>	<p>飲用牛乳 ごはん ごはん ◎ ぶた汁 ○ 揚げいわしの山椒だれ</p> <p>◎ ぶた肉 豆腐 じゃがいも 人参 青ねぎ ごぼう キャベツ 油 削り節 信州みそ ○ いわし でんぶん 油 しょうが 砂糖 濃しようにゆ みりん でんぶん 山椒</p>	<p>飲用牛乳 ごはん ごはん ◎ 野菜いっぱいスープ ○ 厚揚げのカレー炒め</p> <p>◎ とり肉 人参 玉ねぎ 白ねぎ キャベツ しょうが 酒 油 淡しようにゆ 塩 削り節 ○ 厚揚げ ぶたひき肉 玉ねぎ 人参 青ねぎ にんにく 油 濃しようにゆ 信州みそ 砂糖 カレー粉 でんぶん</p>
18	19	20	21	22
<p>飲用牛乳 ごはん ごはん ◎ みそ汁 ○ さわらのねぎしょうゆかけ ● 梅ひじきふりかけ</p> <p>◎ わかめ えのきたけ 人参 じゃがいも キャベツ 青ねぎ 削り節 信州みそ ○ さわら 青ねぎ 砂糖 みりん 濃しようにゆ ごま油 でんぶん ● ひじき ねり梅 白ごま 砂糖 濃しようにゆ みりん 削り節</p>	<p>飲用牛乳 うずまきパン うずまきパン ◎ ちゃんぽん ○ 煮ごめ △ きなこクリーム</p> <p>◎ 中華麺 ぶた肉 ちくわ 人参 青ねぎ もやし キャベツ 玉ねぎ 油 中華スープ 塩 淡しようにゆ でんぶん こしょう ○ 蒸し小豆 塩 厚揚げ たけのこ 人参 こんにやく しいたけ 昆布 砂糖 みりん 酒 濃しようにゆ △ きなこクリーム</p>	<p>飲用牛乳 ごはん ごはん ◎ トック入りスープ ○ ユーリンチー</p> <p>◎ ぶた肉 トック 豆腐 人参 にはら 玉ねぎ キャベツ 油 ごま油 削り節 淡しようにゆ ○ 衣付きとり肉 白ねぎ しょうが にんにく 油 ごま油 砂糖 酢 みりん 濃しようにゆ</p>	<p>飲用牛乳 ごはん ごはん ◎ ぶた丼 ○ じゃがいもと枝豆のソテー</p> <p>◎ ぶた肉 糸こんにやく 人参 青ねぎ 玉ねぎ ごぼう しいたけ 油 削り節 砂糖 酒 濃しようにゆ ○ とり肉 じゃがいも 枝豆 人参 玉ねぎ 油 塩 チキンコンソメ 淡しようにゆ こしょう</p>	<p>飲用牛乳 ごはん ごはん ◎ マーラータン ○ 焼きしゅうまい</p> <p>◎ ぶた肉 ちくわ 春雨 人参 小松菜 白ねぎ キャベツ しいたけ にんにく しょうが 油 ごま油 トウバンジャン 豆乳 信州みそ 中華スープ 濃しようにゆ 塩 こしょう ホアジャオ ○ しゅうまい</p>
25	26	27	28	29
<p>飲用牛乳 ごはん ごはん ◎ 厚揚げの中華煮 ○ 茎わかめの炒め煮</p> <p>◎ ぶた肉 厚揚げ うずら卵 人参 キャベツ しょうが 油 砂糖 中華スープ 濃しようにゆ でんぶん ○ とり肉 人参 玉ねぎ 茎わかめ 油 ごま油 砂糖 酒 濃しようにゆ 塩 こしょう</p>	<p>飲用牛乳 食パン 食パン ◎ 野菜の洋風煮 ○ ホキフライ △ スライスチーズ</p> <p>◎ とり肉 じゃがいも 人参 キャベツ 玉ねぎ 油 ローリエ チキンコンソメ 淡しようにゆ 塩 こしょう ○ ホキフライ 油 砂糖 ウスターソース △ チーズ</p>	<p>飲用牛乳 ごはん ごはん ◎ みそ汁 ○ 豆腐ハンバーグ ● こんにやくのきんぴら</p> <p>◎ じゃがいも えのきたけ 人参 青ねぎ キャベツ 玉ねぎ 煮干し 信州みそ ○ 豆腐ハンバーグ 砂糖 みりん 濃しようにゆ でんぶん ● ぶた肉 つきこんにやく 人参 ごぼう ごま油 油 砂糖 濃しようにゆ みりん 白ごま</p>	<p>飲用牛乳 ごはん ごはん ◎ カレーライス ○ キャベツのコンソメ煮 ● 切干大根の福神漬け</p> <p>◎ ぶた肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ 油 ガーラー ローリエ 塩 こしょう ケチャップ 濃しようにゆ ○ とり肉 キャベツ 油 みりん チキンコンソメ 淡しようにゆ 酒 ● 切干大根 人参 濃しようにゆ 酢 砂糖</p>	<p>飲用牛乳 ごはん ごはん ◎ 大豆入りマーボー豆腐 ○ にんじんしりしり</p> <p>◎ とりひき肉 ひきわり大豆 豆腐 人参 青ねぎ 玉ねぎ しょうが しいたけ 油 信州みそ 八丁みそ 砂糖 濃しようにゆ トウバンジャン ホアジャオ でんぶん ○ 人参 もやし 糸かつお 油 濃しようにゆ みりん 酒</p>