



令和7年
5月学校給食予定献立表
蒲原中学校



日	献立名	血や肉・骨や 歯など体をつくる	体の調子を整え 病気から体を守る	働く力・体内の エネルギーになる	献立のねらい エネルギー		
					たんぱく質	脂質	塩分
木	茶飯 牛乳	牛乳	緑茶	精米	【八十八夜】		
	さわらの香味ソース	さわら	根深ねぎ 生姜 にんにく	砂糖 植物油 でん粉	立春から数えて88日目。今年		
	即席漬け	昆布	キャベツ きゅうり にんじん	ごま	は5月1日！新茶が出回る時		
	豆腐ときのこのスープ	豆腐 鶏肉	えのきたけ しめじ しいたけ 小松菜	植物油 でん粉	期です。		
金	お茶プリン	豆乳	抹茶	砂糖	759kcal		
	かつおそぼろごはん	かつお油漬け 卵	生姜	精米 精麦 砂糖	【こどもの日】		
	牛乳	牛乳	牛乳	じゃがいも 植物油	5月5日はこどもの日。		
	みそけんちん汁	豆腐 みそ	ごぼう こんにゃく にんじん 大根		男の子の誕生と健やかな成		
金	かしわもち	小豆	葉ねぎ	米粉 砂糖 植物油	882kcal		
					35.7g	24.2g	2.6g

5月3日～6日 ゴールデンウィーク

水	カレーライス	豚肉 スkimミルク	にんにく 生姜 玉ねぎ にんじん トマト	精米 精麦 植物油 じゃがいも	【人気メニュー】		
	牛乳	牛乳			カレーライスは昔からの人気		
	海藻サラダ	わかめ 茎わかめ 昆布 赤つのまた	キャベツ きゅうり	ドレッシング	メニュー！野菜もとれます。		
	味付け煮干し	白きりんさい 青つのまた こんにゃく寒天		砂糖 でん粉 ごま	741kcal		
木	ロールパン 牛乳	牛乳		ロールパン	【歯や骨を丈夫にする食べ		
	大豆とウインナーのトマト煮	ウインナー 大豆 チーズ	玉ねぎ にんじん トマト	植物油 じゃがいも 砂糖	物】		
	コールスローサラダ		キャベツ きゅうり コーン	ドレッシング	757kcal		
	いちごゼリー		いちご	砂糖	31.1g	27.5g	2.8g
金	グリーンピースごはん		グリーンピース	精米 もち米	【春が旬の食材を楽しもう】		
	牛乳	牛乳			グリーンピースは春が旬！		
	マクロカツ	まぐろ	玉ねぎ 生姜	植物油 パン粉 小麦粉 砂糖	香りのよいグリーンピースを味		
	おひたし		にんじん もやし 小松菜		わいましょう。		
月	みそ汁	油揚げ 豆腐 みそ	玉ねぎ えのきたけ	じゃがいも	747kcal		
	ソフト麺ミートソース	豚肉 牛肉 みそ	にんにく 生姜 玉ねぎ にんじん	ソフトめん 植物油	【給食の味付けのみみつ】		
	牛乳	牛乳	トマト マッシュルーム		ミートソースにはみそが隠し		
	コーンサラダ		キャベツ きゅうり コーン	ドレッシング	味に使われています。		
月	発酵乳	スキムミルク		砂糖	750kcal		
					34.8g	23.7g	2.7g

5月13日～19日 給食なし
★必要に応じてお弁当を持参してください★

火	チャーハン	焼豚	根深ねぎ	精米 精麦 植物油	【中華料理を味わおう】		
	牛乳	牛乳					
	揚げぎょうざ	豚肉 大豆粉	キャベツ 玉ねぎ にら 生姜 にんにく	植物油 豚脂 でん粉 砂糖	789kcal		
	中華コーンスープ	鶏肉 卵	コーン にんじん チンゲン菜	小麦粉	26.5g	26.1g	3.6g
水	麦入りごはん 牛乳	牛乳		精米 精麦	【環境おうえん給食】		
	環境にやさしいお茶ふりかけ	のり	抹茶	ごま 砂糖 小麦粉	静岡市では、給食に有機農産物を使		
	じゃがいものそぼろ煮	生揚げ 鶏肉	玉ねぎ 生姜 にんじん たけのこ ししいたけ いんげん	じゃがいも 植物油 でん粉 砂糖	う取り組みを始めています。今日の給		
	ごま和え		キャベツ もやし 小松菜	ごま 砂糖	食で使う予定の環境にやさしいお茶フ		
木	レモンゼリー		レモン果汁	砂糖	773kcal		
	麦入りごはん			精米 精麦	31.1g	18.8g	1.8g
	牛乳	牛乳			【おなかをきれいにする食べ物】		
	厚焼卵	卵		砂糖 植物油 でん粉	ごぼうはおなかのお掃除係、「食		
木	五目さんぴら	鶏肉 油揚げ	ごぼう にんじん れんこん こんにゃく	植物油 砂糖 ごま	物繊維」が豊富に含まれます。		
	豚汁	豚肉 豆腐 みそ	ごぼう 大根 葉ねぎ	じゃがいも 植物油	770kcal		
木					33.3g	25.2g	2.4g



令和7年 5月学校給食予定献立表

蒲原中学校



日	献立名	血や肉・骨や 歯など体をつくる	体の調子を整え 病気から体を守る	働く力・体内の エネルギーになる	献立のねらい エネルギー		
					たんぱく質	脂質	塩分
金	マーガリンパン 牛乳	牛乳	玉ねぎ にんじん	マーガリンパン	【カンヌウィーク献立】 姉妹都市カンヌ(フランス)で 行われる映画祭に合わせ、静 岡市内でもイベントが開催さ れます！		
	チキンフリカッセ	鶏肉 牛乳	玉ねぎ にんじん	植物油 バター 生クリーム ホワイトソース			
	フレンチサラダ		ピーマン キャベツ コーン アスパラ きゅうり レモン果汁	植物油 砂糖	834kcal		
	クレープ(チョコ)	乳 卵 ゼラチン		砂糖 小麦粉 でん粉 植物油	27.6g	41.8g	2.2g
月	麦入りごはん 牛乳	牛乳		精米 精麦	【中華料理を味わおう】		
	麻婆豆腐	豆腐 豚肉 みそ	生姜 にんにく にんじん 根深ねぎ しいたけ たけのこ	植物油 砂糖 でん粉			
	中華サラダ	わかめ	もやし 小松菜 にんじん	ドレッシング	741kcal		
	マンゴープリン	乳	マンゴー	砂糖	30.5g	22.5g	2.7g
火	ツナカレーピラフ	まぐろ油漬け 牛乳	玉ねぎ にんじん にんにく	精米 バター	752kcal		
	牛乳	牛乳	玉ねぎ コーン にんじん	じゃがいも パン粉 小麦粉			
	コロッケ		いんげん	植物油 砂糖 でん粉	27.6g 29.7g 2.7g		
	チンゲン菜入リスープ	ベーコン うずら卵	チンゲン菜 もやし				
水	麦入りごはん 牛乳	牛乳		精米 精麦	【春が旬の食材を楽しもう】 春が旬のたけのこを使って作 りました！		
	季節煮	鶏肉 あらめ	こんにゃく たけのこ にんじん しいたけ グリンピース	じゃがいも 砂糖			
	納豆	大豆 かつお節 昆布		砂糖	752kcal		
	みそ汁	油揚げ 豆腐 みそ	玉ねぎ 小松菜 えのきたけ		36.1g	21.3g	2.9g
木	麦入りごはん 牛乳	牛乳		精米 精麦	【中華料理を味わおう】		
	八宝菜	豚肉 えび いか うずら卵	生姜 にんにく 白菜 にんじん チンゲン菜 きくらげ	植物油 でん粉			
	シュウマイ	鶏肉 豚肉 みそ	玉ねぎ 生姜	パン粉 砂糖 小麦粉 でん粉 豚脂	762kcal		
	パンナコッタ	豆乳	いちご	砂糖	31.7g	23.5g	2.7g
金	山菜うどん	かまぼこ 油揚げ 鶏肉	たけのこ にんじん 根深ねぎ ほうれん草 わらび えのきたけ しいたけ きくらげ ぜんまい	うどん でん粉	【春が旬の食材を楽しもう】		
	牛乳	牛乳					
	大豆とじゃこの揚げ煮	大豆 かえり煮干し	生姜	さつまいも 植物油 砂糖 でん粉	37.1g	24.9g	2.8g

※材料の仕入れなどにより献立を変更する場合があります。

※少年写真新聞社、学校食事研究会のイラストを使用しています。

※パンには小麦・乳が含まれます。

※パンの製造過程で卵・大豆・りんごが、麺の製造過程でそば・卵が混入する可能性があります。

静岡市学校給食課ウェブサイト
献立表や給食のレシピなどを掲載しています。

＊詳しくはこちらから ⇒⇒

