

令和8年 5月 学校給食予定献立表

富山市立豊田小学校
富山市立義務教育学校水橋学園(前期)

富山市北学校給食センター

※当センターでは、下記の予定献立を基本とし、2種類の献立を同時に調理しています。

| 実施日 | 曜 | 献立名 | 主な材料とその働き | | | | | | 栄養量 | | | |
|------------------|---|--|--------------------------------|----------------------------|--------------------------|---|--------------------------------|-----------------|-----------------|------------|-----------|-----------|
| | | | おもに体の組織をつくる | | おもに体の調子を整える | | おもにエネルギーとなる | | 1744* (kcal) | 蛋白質 (g) | 脂質 (%) | 塩分 (g) |
| | | | 1群 | 2群 | 3群 | 4群 | 5群 | 6群 | | | | |
| 1 | 金 | ごはん 牛乳 揚げ魚(ホキ)のレモン味 冷製ポテト ちゃんこ鍋 | ホキ 肉団子 焼き豆腐 | 牛乳 | パセリ 人参 | レモン 白菜 しめじ ねぎ | ごはん でん粉 砂糖 ジャガ芋 こんにゃく | 油 | 602 | 26.1 | 28.7 | 2.4 |
| 7 | 木 | ごはん 牛乳 焼き肉丼 そえ野菜 もずくのみそ汁 | 豚肉 | 牛乳 もずく | ピーマン 人参 小松菜 | にんにく 生姜 玉ねぎ キャベツ | ごはん 砂糖 | 油 | 505 | 21.6 | 27.6 | 2.1 |
| 8 | 金 | ごはん 牛乳 揚げ出し豆腐のごまだれかけ ゆかり和え ベーコンとじゃがいもの煮物 | 揚げ出し豆腐 ベーコン | 牛乳 | チンゲンサイ ゆかり 人参 | もやし 玉ねぎ | ごはん 砂糖 でん粉 こんにゃく じゃが芋 | 油 ごま | 600 | 19.8 | 32.0 | 1.9 |
| 11 | 月 | ごはん 牛乳 ホキのいり大豆揚げ おひたし 大和煮 | ホキ 大豆 豚肉 | 牛乳 | 小松菜 人参 | 生姜 白菜 大根 干しいたけ | ごはん 小麦粉 こんにゃく じゃが芋 砂糖 | 油 | 606 | 28.2 | 28.2 | 1.9 |
| 12 | 火 | コッペパン 牛乳 ハムステーキ フレンチサラダ かぼちゃポターージュ パナナ | ハムステーキ | 牛乳 生クリーム | グリーンアスパラガス 人参 かぼちゃ | 白菜 玉ねぎ パナナ | コッペパン 砂糖 じゃが芋 | 油 ホホワイトルウ | 609 | 24.3 | 32.1 | 2.8 |
| 13 | 水 | ごはん 牛乳 えびシューマイ ハンサンスー 回鍋肉 | えびシューマイ 豚肉 | 牛乳 | 人参 ピーマン | もやし きゅうり にんにく 玉ねぎ キャベツ 菊 | ごはん 春雨 砂糖 | ごま油 油 | 593 | 23.0 | 29.3 | 1.7 |
| 14 | 木 | ごはん 牛乳 ほたるいかり高野豆腐とレバーのカレー風味 大根サラダ マカロニスープ | 高野豆腐 ほたるいかり 豚レバー ベーコン | 牛乳 | 小松菜 人参 | 大根 とうもろこし 玉ねぎ | ごはん でん粉 砂糖 マカロニ | 油 ごま油 | 539 | 19.6 | 27.4 | 2.1 |
| 15 | 金 | ごはん 牛乳 いわしの生姜味 あわせ和え 豆腐の野菜あんかけ | いわしの生姜煮 木綿豆腐 | 牛乳 | 人参 いんげん | キャベツ きゅうり たくあん 菊 干しいたけ もやし えのきたけ | ごはん 砂糖 でん粉 | ごま | 554 | 27.1 | 26.0 | 2.2 |
| 18 | 月 | ごはん 牛乳 きびなごのさくさく揚げ とろろ昆布和え 呉汁 | 厚揚げ 大豆 | 牛乳 きびなごのさくさく揚げ とろろ昆布 | 小松菜 人参 | きゅうり 大根 白菜 ねぎ | ごはん | 油 | 567 | 22.8 | 30.6 | 1.8 |
| 19 | 火 | 食パン 牛乳 あっさりチキン ゆでブロックリー ポトフ チョコレートクリーム | 鶏肉 ワインナー | 牛乳 | ブロックリー 人参 | ねぎ 玉ねぎ キャベツ | 食パン 砂糖 じゃが芋 チョコレートクリーム | | 612 | 27.2 | 37.5 | 2.8 |
| 20 | 水 | ごはん 牛乳 たべきリン(ハヤシ オムレツ フルーツゼリーミックス | ベーコン オムレツ | 牛乳 | 人参 トマト | 玉ねぎ しめじ りんご 桃 パインアップル | ごはん ジャガ芋 ゼリー 砂糖 | 油 ハヤシルウ | 668 | 19.5 | 25.5 | 2.6 |
| 21 | 木 | ごはん 牛乳 にしんの照り煮 コーンサラダ すきやき | にしんの照り煮 豚肉 焼き豆腐 | 牛乳 | 人参 | キャベツ もやし とうもろこし 白菜 ねぎ えのきたけ | ごはん 砂糖 こんにゃく 麩 | 油 | 639 | 31.2 | 33.0 | 1.9 |
| 22 | 金 | ごはん 牛乳 すり身焼き 華風和え 酢豚 | すり身 豚肉 | 牛乳 | 人参 ピーマン | 大根 きゅうり 生姜 玉ねぎ 干しいたけ 菊 | ごはん でん粉 じゃが芋 砂糖 | ごま油 油 | 675 | 20.6 | 29.5 | 1.7 |
| 25 | 月 | 菜めし 牛乳 焼きぎょうざ 小松菜とひじきのナムル えびと豆腐のうま煮 | ぎょうざ えび 豆腐 | 牛乳 ひじき | 小松菜 人参 | もやし 生姜 にんにく 干しいたけ 白菜 | 菜めし 砂糖 でん粉 | ごま油 ごま油 | 565 | 23.8 | 26.9 | 3.1 |
| 豊田小学校給食なし(振替休業日) | | | | | | | | | | | | |
| 26 | 火 | コッペパン 牛乳 チキンチキンごぼう 花野菜サラダ トマトスープ | 鶏肉 ひよこ豆 ベーコン | 牛乳 | ブロックリー トマト | 生姜 ごぼう カリフラワー 玉ねぎ とうもろこし | コッペパン でん粉 砂糖 じゃが芋 | 油 フレンチドレッシング | 578 | 25.0 | 36.6 | 3.5 |
| 27 | 水 | ごはん 牛乳 干草焼き 梅肉和え かやくうどん | 干草焼き(卵) 豚肉 うす揚げ かまぼこ | 牛乳 | 人参 | キャベツ きゅうり 梅肉 干しいたけ ねぎ | ごはん 砂糖 うどん | | 632 | 25.7 | 24.4 | 3.1 |
| 28 | 木 | ごはん 牛乳 ふくらぎの竜田揚げ アスパラサラダ 豚汁 | ふくらぎ 豚肉 厚揚げ | 牛乳 | グリーンアスパラガス 人参 | 生姜 キャベツ 大根 ねぎ | ごはん でん粉 砂糖 こんにゃく じゃが芋 | 油 ごま油 | 642 | 27.8 | 34.1 | 2.0 |
| 29 | 金 | ごはん 牛乳 さばの銀紙焼き もやしのおひたし じゃがいものもぼろ煮 | さばの銀紙焼き 鶏肉 | 牛乳 | チンゲンサイ 人参 | もやし 玉ねぎ | ごはん ジャガ芋 砂糖 でん粉 | 油 | 604 | 28.4 | 26.5 | 2.2 |

※材料の都合により献立を変更することがあります。

※富山市学校給食会のホームページで、学校給食用食材(青果物・魚)の予定産地を公開しています。 <http://www.tomigakkyu.com/>