

令和8年 5月 学校給食予定献立表

富山市立水橋幼稚園
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		1日あたり (kcal)	たんぱく質 (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	493	23.4	30.7	2.0
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	410	18.2	30.7	1.6
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	482	16.6	34.4	1.6
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	490	23.6	30.7	1.7
12	火	コッパパン 牛乳 ハムステーキ フレンチサラダ かぼちゃポタージュ 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 バナナ	コッパパン 砂糖 じゃが芋	油 ホホワイトルウ	521	20.6	32.6	2.3
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	457	18.8	31.3	1.5
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	435	16.9	30.8	1.7
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	434	21.0	28.6	1.7
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 具汁	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	435	17.8	33.7	1.4
19	火	春の遠足										
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	536	16.3	27.9	2.2
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	512	25.7	35.0	1.6
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	561	18.1	31.4	1.5
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	434	19.4	29.7	2.3
26	火	コッパパン 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	ブロッコリー トマト	生姜 ごぼう カリフラワー 玉ねぎ とうもろこし	コッパパン でん粉 砂糖 じゃが芋	油 フレンチドレッシング	487	21.1	37.5	2.9
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 らす揚げ 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		495	21.2	27.5	2.4
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	517	23.4	36.6	1.5
29	金	ごはん 牛乳 さばの銀紙焼き もやしのおひたし じゃがいものそぼろ煮	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	513	25.8	29.6	2.1

※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/>