

令和8年5月 学校給食予定献立表（幼稚園）



総社市地食へ学校給食センターえがお

〈今月の目標〉しよじの マナー を まなぼう

はし	日曜	献立名	おもな材料			調味料など	栄養価 1人1日(Kcal) たんぱく質(g)		
			赤の食品 おもに体をつくる	緑の食品 おもに体の調子をととのえる	黄の食品 おもにエネルギーのもと				
○	1 (金)	今日のめあて(食育の観点)	「たんごのせつく」をしよう(食文化)				468		
		むぎごはん 牛乳 かつおのかおりあえ キャベツのおひたし とうふのすましじる あじつけのり	かつお 牛乳 いとかまぼこ とうふ あじつけのり(個装)	にんじん キャベツ ねぎ	たまねぎ きゅうり えのきたけ	レモンかじゅう たけのこ	こめ あぶら ごま	むぎ さとう	しょうゆ だしけずり しお
○	7 (木)	今日のめあて(食育の観点)	「こころをこめてしよじの あいさつをしよう(感謝の心)				487		
		チキンカレー 牛乳 ツナサラダ	とりにく 牛乳 ツナ かいそうミックス	にんじん グリーンピース だいこん	にんにく たまねぎ とうもろこし レモンかじゅう		こめ さとう	じゃがいも オリーブオイル	カレーウ ウスターソース しょうゆ
○	8 (金)	今日のめあて(食育の観点)	「きそくだしいしよじをしよう(食事の重要性)				442		
		ごはん 牛乳 ホイコーロー はるさめサラダ	ぶたにく 牛乳 あかみそ あつあげ ハム	にんじん ピーマン あかピーマン さやいんげん	にんにく キャベツ しろねぎ もやし	しょうが たけのこ もやし	こめ さとう	はるさめ ごまあぶら	しょうゆ す
○	11 (月)	今日のめあて(食育の観点)	「はっこうしよひんをさかして みよう(食事の重要性・食品を選択する能力)				498		
		たけのこごはん 牛乳 さばのあまみそだれ たくあんあえ	とりにく 牛乳 あぶらあげ ちくわ ちゅうみそ	にんじん さやいんげん たくあん	たけのこ しょうが だいこん きゅうり	ほししいたけ しろねぎ きゅうり	こめ ごま	さとう	しょうゆ さけ
○	12 (火)	今日のめあて(食育の観点)	「げんえんについてまなぼう(心身の健康)				584		
		しょうゆラーメン 牛乳 はるまき わかめのちゅうかあえ	ぶたにく 牛乳 はるまき わかめ なると	にんじん ねぎ たまねぎ	しょうが とうもろこし もやし	にんにく ほししいたけ きゅうり	ちゅうかめん ごま ごまあぶら	あぶら さとう	しょうゆ ちゅうかスープのもと チキンスープ
○	13 (水)	今日のめあて(食育の観点)	「よくかんでたべよう(心身の健康)				444		
		ぎゅうごぼうどんぶり 牛乳 あまずあえ ひとくちゼリー(アセロラ)	ぎゅうにく 牛乳	にんじん ねぎ キャベツ	ごぼう たまねぎ きゅうり	しめじ	こめ ごんにやく ひとくちゼリー(アセロラ)(個装)	さとう	しょうゆ みりん
○	14 (木)	今日のめあて(食育の観点)	「はいせんのポイントをしりしよすに はいせんしよ(社会性)				433		
		ごはん 牛乳 ブルコギ はなざりだいこんのナムル	ぶたにく 牛乳	にんじん もやし はなざりだいこん	たまねぎ しろねぎ とうもろこし	キャベツ りんご きゅうり	こめ さとう ごまあぶら	じゃがいも ごま	しょうゆ す
○	15 (金)	今日のめあて(食育の観点)	「しよじょく・しよさい・ふくさいをそらえてたべよう(心身の健康)				467		
		むぎごはん 牛乳 わかたけに ちりめんあえ	とりにく 牛乳 あつあげ わかめ ちりめん	にんじん さやいんげん	たけのこ もやし	ほししいたけ チンゲンサイ	こめ じゃがいも さとう	むぎ さとう	しょうゆ だしのもと
○	18 (月)	今日のめあて(食育の観点)	「しよじのまえにしっかりとてをあらおう(食品を選択する能力)				468		
		パン 牛乳 とりにくのパーベキューソース グリーンサラダ コンソメスープ	とりにく 牛乳 ベーコン	ブロッコリー にんじん たまねぎ	りんご キャベツ しめじ	レモンかじゅう きゅうり パセリ	パン オリーブオイル	さとう じゃがいも	あかワイン す しお
○	19 (火)	今日のめあて(食育の観点)	「ちさんちしよ」にとりくむ きゅうしよをしっかりとてたべよう(食文化)				439		
		ごはん 牛乳 にくじゃが だいこんのすのもの	きゅうにく 牛乳	にんじん もやし	たまねぎ だいこん	えだまめ	こめ ごんにやく さとう	じゃがいも さとう	さけ しお
○	20 (水)	今日のめあて(食育の観点)	「きゅうしよじかんをたのしくすこすためまのきくほりをしよう(社会性)				443		
		ごはん 牛乳 ぶたにくとだいこんのオイスターソースいため パンパンジー	ぶたにく 牛乳 ささみ あつあげ	にんじん さやいんげん きゅうり	にんにく たけのこ だいこん	しょうが キャベツ	こめ ごま ごまあぶら	さとう ごまあぶら	しょうゆ オイスターソース ちゅうかスープのもと す
○	21 (木)	今日のめあて(食育の観点)	「しよつきをたたくならべよう(社会性)				461		
		ごはん 牛乳 いわしのみりんばし ゆかりあえ さわにわん ひとくちゼリー(りんご)	ぶたにく 牛乳 いわしのみりんばし あぶらあげ	ねぎ にんじん たまねぎ きゅうり	もやし とうもろこし ごぼう	だいこん たけのこ ほししいたけ	こめ ひとくちゼリー(りんご)(個装)	さとう	ゆかり だしけずり だしのもと
○	22 (金)	今日のめあて(食育の観点)	「こやどうふについてしろう(食品を選択する能力)				489		
		わかめごはん 牛乳 こやどうふのうまに ちくわのマヨネーズあえ	こやどうふ 牛乳 とりにく わかめ ちくわ	にんじん さやいんげん	ごぼう ごまつな キャベツ	ほししいたけ	こめ ごんにやく ノンエッグマヨネーズ	じゃがいも さとう	しょうゆ だしのもと
○	25 (月)	今日のめあて(食育の観点)	「だいですをすすんでたべよう(食品を選択する能力)				494		
		ことうパン 牛乳 チリコンカン アスパラガスのサラダ	きゅうにく 牛乳 ぶたにく だいです	にんじん たまねぎ キャベツ とうもろこし	にんにく マッシュルーム きゅうり	にんにく えだまめ アスパラガス	ことうパン さとう	じゃがいも オリーブオイル	ローリエ ウスターソース スープストック しお しょうゆ
○	26 (火)	今日のめあて(食育の観点)	「にがてな たべものにもちよせんしよ(感謝の心)				508		
		ソフトめんクリームソース 牛乳 いかのレモンマリネ	とりにく 牛乳 ベーコン いか ちようりょう牛乳	にんじん きピーマン えだまめ	にんにく しめじ キャベツ	たまねぎ マッシュルーム レモンかじゅう	ソフトめん さとう	じゃがいも オリーブオイル	ポタージュ しお しょうゆ
○	27 (水)	今日のめあて(食育の観点)	「じぶんのはしのつかいかたをふりかえてみよう(社会性)				477		
		ごはん 牛乳 さけのこみだれ ひじきのごまあえ とうにゅうみそする	さけ 牛乳 いとかまぼこ あぶらあげ とうにゅう ちゅうみそ	にんじん ごまつな ねぎ	しょうが もやし ごぼう	しろねぎ だいこん	こめ さとう ごま	さとう ごま	さけ みりん だしけずり だしのもと
○	28 (木)	今日のめあて(食育の観点)	「たべものにかんしゃしてたべよう(感謝の心)				507		
		コーンピラフ 牛乳 メンチカツ ポテトサラダ	メンチカツ 牛乳 ベーコン ハム	にんじん グリーンピース	たまねぎ とうもろこし	マッシュルーム きゅうり	こめ じゃがいも さとう ノンエッグマヨネーズ	あぶら さとう	やさいパイオン こしょう しょうゆ
○	29 (金)	今日のめあて(食育の観点)	「そぼろについてしりあひわってたべよう(食品を選択する能力)				461		
		ごはん 牛乳 さといものそぼろに きゅうりのさっぱりづけ	きゅうにく 牛乳 あつあげ	にんじん さやいんげん きゅうりづけ	たまねぎ きゅうり だいこん	たけのこ だいこん	こめ さとう ごま	さとう ごま	さけ だしのもと
今月の 地場 産物	総社 市産	米・しょうが・にんじん・たまねぎ ごまつな	岡山 県産	麦・ねぎ・もやし・あじつけのり にんにく・マッシュルーム	※ アレルギー対応食品は、 <span style="background-color: #cccccc;">    </span> で示します。 ※ 天候等により献立を変更する場合があります。	今月の 栄養価	エネルギー たんぱく質	476 kcal 20.8 g	