

学校給食献立予定表

太宰府市学校給食会
太宰府市立太宰府西中学校

令和7年5月

日付 曜日	献立名	牛乳	使われている食品と体内での主な働き						エネルギー(kcal)
			主に体をつくるものになる		主に体の調子を整えるものになる		主にエネルギーのもとになる		たんぱく質(g)
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	脂質(g)
1 (木)	★世界の料理:イタリア ワンローフパン ベンネマトソース イタリアンサラダ メープル&マーガリン	☆	ベーコン	牛乳	人参 トマト 赤パプリカ パセリ	玉ねぎ マッシュルーム キャベツ ズッキーニ レモン	パン ベンネ 砂糖 メープル	オリーブ油 マーガリン	767 25.6 25.9
2 (金)	★行事食:こどもの日 麦ごはん 鶏と卵のそぼろ丼 酢の物 五目汁 かしわもち	☆	鶏肉 卵 豆腐	牛乳 わかめ	人参 小松菜	玉ねぎ しょうが 枝豆 きゅうり たけのこ えのきたけ	麦ごはん 砂糖 柏餅	油 ごま	780 33.2 18.4
7 (水)	麦ごはん ししゃもの塩焼き 昆布和え 高野豆腐の卵とじ	☆	しそ昆布 鶏肉 卵 高野豆腐	牛乳 ししゃも	人参 さやいんげん	キャベツ きゅうり 玉ねぎ 干し椎茸	麦ごはん じゃがいも 砂糖	油	772 31.5 22.6
8 (木)	黒糖コッパパン クリームシチュー コールスロー 桃のコンポート	☆	鶏肉 豆乳 ひよこ豆 白いんげん豆 ハム	牛乳 スキムミルク	ブロッコリー 人参	玉ねぎ キャベツ とうもろこし 黄桃	黒糖パン じゃがいも 小麦粉 砂糖	油	750 30.2 24.3
9 (金)	★かみかみ献立 麦ごはん さばの煮つけ ひじきと大豆の炒り煮 豆腐の味噌汁	☆	さば 大豆 油揚げ 豆腐 米みそ 麦みそ	牛乳 ひじき	人参 絹さや 小松菜	しょうが 玉ねぎ しめじ	麦ごはん 砂糖 黒糖	油	780 32.4 24.3
12 (月)	★太宰府の日 わかめ麦ごはん 鶏肉と厚揚げのうま煮 おかか和え オレンジ	☆	鶏肉 厚揚げ ハム かつお節	牛乳 わかめ	人参 さやいんげん 小松菜	しょうが こんにゃく 玉ねぎ キャベツ オレンジ	麦ごはん じゃがいも 砂糖	油	774 28.5 22.0
13 (火)	★郷土料理:長崎県 麦ごはん あじフライ 浦上そばろ ヒカド	☆	あじ 豚肉	牛乳 角天ぶら	人参 ねぎ	ごぼう こんにゃく もやし 大根 干し椎茸	麦ごはん 砂糖 でん粉 さつまいも パン粉 小麦粉	油	763 26.6 21.4
14 (水)	麦ごはん ツナじゃが もやしのみそだれ和え 県産野菜の卵焼き	☆	ツナ 卵	牛乳	人参 さやいんげん 小松菜	しょうが 玉ねぎ もやし レモン えのきたけ	麦ごはん じゃがいも 砂糖	油 *エッグケア マヨネーズ	789 28.8 21.0
15 (木)	ワンローフパン 焼きビーフン ポークシューマイ きゅうりの即席漬け ココアクリーム	☆	豚肉	牛乳 角天ぶら	人参	しょうが キャベツ 玉ねぎ 木くらげ きゅうり	パン 砂糖 ビーフン しゅうまいの皮 ココアクリーム	油 ごま油 ごま	786 31.5 25.3
16 (金)	雑穀ごはん ドライカレー フルーツヨーグルト	☆	豚肉 鶏肉 大豆 レンズ豆	牛乳 ヨーグルト	人参 ビーマン トマト	しょうが にんにく 玉ねぎ とうもろこし みかん パイナップル 黄桃	雑穀ごはん	油	822 29.8 18.4
22 (木)	食パン ポークビーンズ キャベツとパインのサラダ スライスチーズ	☆	豚肉 大豆 赤みそ	牛乳 チーズ	人参 トマト	玉ねぎ マッシュルーム キャベツ パイナップル	パン 砂糖 じゃがいも	油	731 32.0 28.9
23 (金)	麦ごはん ハンバーグ和風ソース 粉ふきいも 小松菜のみそ汁	☆	豚肉 鶏肉 豆腐 油揚げ 米みそ 麦みそ	牛乳	人参 ねぎ 小松菜 パセリ	えのきたけ 玉ねぎ	麦ごはん 砂糖 でん粉 じゃがいも	油	764 26.7 21.8
26 (月)	麦ごはん いわしの生姜煮 いんげんのごま和え 鶏ごぼう汁	☆	いわし 鶏肉 厚揚げ	牛乳	さやいんげん 人参 ねぎ	キャベツ ごぼう こんにゃく 干し椎茸	麦ごはん 砂糖 里いも	ごま ねりごま 油	796 28.1 27.5
27 (火)	麦ごはん 回鍋肉 ブロッコリーの中華和え 春雨と茎わかめのスープ	☆	豚肉 卵	牛乳 茎わかめ	ビーマン 人参 ブロッコリー チンゲン菜	キャベツ たけのこ 白ねぎ しょうが にんにく 玉ねぎ	麦ごはん でん粉 砂糖 春雨	油 ごま油 ごま	761 27.0 23.6
28 (水)	麦ごはん わかめうどん ツナと野菜の炒め物 春巻き ひじきのり	☆	鶏肉 豚肉 かまぼこ ツナ	牛乳 わかめ ひじきのり	ねぎ ビーマン 人参	しめじ レモン キャベツ もやし 玉ねぎ	麦ごはん うどん 麺 砂糖 春巻きの皮	油	844 26.8 27.9
29 (木)	お楽しみ献立	☆	ホキ 豆乳 白いんげん豆 レンズ豆	牛乳 ヨーグルト	人参 パセリ	キャベツ 玉ねぎ とうもろこし	パン パン粉 小麦粉	油 *ノンエッグ タルタルソース	763 30.9 26.2
30 (金)	★食物せんい献立 麦ごはん じゃがいものカレー煮 海藻サラダ マヨいりこ	☆	豚肉	牛乳 わかめ 昆布 いりこ	人参	しょうが 玉ねぎ こんにゃく 枝豆 こんにゃく 寒天 ゆず きゅうり とうもろこし	麦ごはん じゃがいも 砂糖	油 ごま *エッグケア マヨネーズ	811 29.1 24.7

※14日(水)、30日(金)に使用の『エッグケアマヨネーズ』および29日(木)に使用の『ノンエッグタルタルソース』は、卵不使用のものです。
※都合により献立内容は、変更になることがあります。