

# 5月分予定献立表・給食だより

🍷印は地場産物・郷土料理を取り入れた献立です。  
 各料理番号は、同じ番号の食品からできています。  
 アレルギー等で食事制限の必要な場合は、献立表をよく見て材料の確認をしてください。  
 アレルギーによる代替食品が出る献立には、🍷印がついています。  
 材料、天候、その他の都合により献立の変更をする場合があります。  
 基本は、火曜日・水曜日・金曜日は、ごはんの日です。はしを持ってこよう。

🍷 はしを持ってこよう日

令和8年度  
 中央学校給食センター  
 谷山学校給食センター

Bブロック

大明丘小、坂元台小、武岡台小  
 向陽小、伊敷台小、清和小

	月	火	水	木	金																																																									
献立	<p>🍷                      こんげつ しょうや まい やさい さんちん いちば にゅうかほちゅうめい さんちん へんこう  <b>《今月使用予定の野菜の産地》</b> ※市場の入荷状況により、産地が変更になることがあります。</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>種類</th> <th>産地</th> <th>種類</th> <th>産地</th> <th>種類</th> <th>産地</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>じゃがいも</td> <td>鹿児島・長崎</td> <td>チンゲンサイ</td> <td>鹿児島</td> <td>たけのこ</td> <td>鹿児島</td> </tr> <tr> <td>にんじん</td> <td>長崎・熊本</td> <td>小松菜</td> <td>鹿児島</td> <td>エリンギ</td> <td>長崎・福岡</td> </tr> <tr> <td>たまねぎ</td> <td>佐賀・長崎</td> <td>パセリ</td> <td>大分・佐賀</td> <td>えのきたけ</td> <td>宮崎・福岡・熊本</td> </tr> <tr> <td>キャベツ</td> <td>鹿児島・宮崎・熊本</td> <td>セロリ</td> <td>福岡・熊本</td> <td>しめじ</td> <td>福岡・長野</td> </tr> <tr> <td>だいこん</td> <td>鹿児島・熊本</td> <td>しょうが</td> <td>宮崎・長崎</td> <td>しいたけ</td> <td>宮崎</td> </tr> <tr> <td>はなねぎ</td> <td>鹿児島・福岡・佐賀</td> <td>きゅうり</td> <td>鹿児島・熊本・宮崎</td> <td>ごぼう</td> <td>鹿児島・青森</td> </tr> <tr> <td>あなねぎ</td> <td>大分・宮崎・長崎</td> <td>赤パプリカ</td> <td>韓国</td> <td>さといも</td> <td>宮崎</td> </tr> <tr> <td>にら</td> <td>大分・宮崎・熊本・鹿児島</td> <td>大豆もやし</td> <td>鹿児島</td> <td>さつまいも</td> <td>鹿児島</td> </tr> <tr> <td>つわぶき</td> <td>鹿児島</td> <td>もやし</td> <td>鹿児島</td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	種類	産地	種類	産地	種類	産地	じゃがいも	鹿児島・長崎	チンゲンサイ	鹿児島	たけのこ	鹿児島	にんじん	長崎・熊本	小松菜	鹿児島	エリンギ	長崎・福岡	たまねぎ	佐賀・長崎	パセリ	大分・佐賀	えのきたけ	宮崎・福岡・熊本	キャベツ	鹿児島・宮崎・熊本	セロリ	福岡・熊本	しめじ	福岡・長野	だいこん	鹿児島・熊本	しょうが	宮崎・長崎	しいたけ	宮崎	はなねぎ	鹿児島・福岡・佐賀	きゅうり	鹿児島・熊本・宮崎	ごぼう	鹿児島・青森	あなねぎ	大分・宮崎・長崎	赤パプリカ	韓国	さといも	宮崎	にら	大分・宮崎・熊本・鹿児島	大豆もやし	鹿児島	さつまいも	鹿児島	つわぶき	鹿児島	もやし	鹿児島			<p>🍷                      ④ほきのあおさてんぷら                      ①きゅうりゅう ②ごはん ③さつまじる</p> <p>🍷                      ①きゅうりゅう ②ごはん ③さつまじる                      ③とりにく あぶらあげ むぎみそ おから                      ④ほき あおさ だいず</p> <p>🍷                      ③にんじん だいこん ごぼう こんにやく                      しょうが はねぎ</p> <p>🍷                      ②ごめ きょうがまい カルシウムまい                      ③さつまいも くらざとう                      ④ごむぎこ てんぷら あぶら                      ⑤だし(かつお節) こんにやく ししいたけ</p> <p>エネルギー 625 kcal たんぱく質 24.9 g</p>
	種類	産地	種類	産地	種類	産地																																																								
じゃがいも	鹿児島・長崎	チンゲンサイ	鹿児島	たけのこ	鹿児島																																																									
にんじん	長崎・熊本	小松菜	鹿児島	エリンギ	長崎・福岡																																																									
たまねぎ	佐賀・長崎	パセリ	大分・佐賀	えのきたけ	宮崎・福岡・熊本																																																									
キャベツ	鹿児島・宮崎・熊本	セロリ	福岡・熊本	しめじ	福岡・長野																																																									
だいこん	鹿児島・熊本	しょうが	宮崎・長崎	しいたけ	宮崎																																																									
はなねぎ	鹿児島・福岡・佐賀	きゅうり	鹿児島・熊本・宮崎	ごぼう	鹿児島・青森																																																									
あなねぎ	大分・宮崎・長崎	赤パプリカ	韓国	さといも	宮崎																																																									
にら	大分・宮崎・熊本・鹿児島	大豆もやし	鹿児島	さつまいも	鹿児島																																																									
つわぶき	鹿児島	もやし	鹿児島																																																											
献立	<p>🍷  <b>にほん あじ 日本のおいしく</b>                      今月は、『日本のおいしく』として、神奈川・宮崎・沖縄・名古屋・長野・大阪にちなんだ料理を提供します。給食を通して、日本各地を旅している気分が味わいましょう。</p>	<p>🍷                      さかな し 魚についてのお知らせ                      「しいらのごまだれ」には、骨がありますので、食事のさいには、注意して食べるようにお願いいたします。</p> <p>よくかんで 食べよう                      「いただきます」前の合言葉                      おいしく食べよう給食を ツルツル飲むよ、よくカメカメ!</p>	<p>🍷                      ④カラフルソテー                      ②こくどうパン ③むぎスープ</p> <p>🍷                      ②ごはん (げんりょう) ③サンマーマン</p> <p>🍷                      ①きゅうりゅう ②ごはん ③さつまじる                      ④とりにく ぶたにく だいず みそ</p> <p>🍷                      ③たまねぎ にんじん たけのこ キャベツ                      きくらげ もやし にら しょうが                      にんにく ④たまねぎ しょうが                      ②ごめ きょうがまい ③あなねぎ</p> <p>🍷                      てんぷら ちゃんぽんめい                      ④パンこ さとう てんぷら こなめ                      ⑤オリーブオイル ⑥ごむぎこ みずあめ                      ⑦チキンスープ ⑧しょうゆ ⑨さけ                      コンソメ こしょう ローリエ                      ⑩こしょう しょうゆ コンソメ</p> <p>エネルギー 602 kcal たんぱく質 24.8 g</p>																																																											
	<p>🍷                      ⑤とうにゅうパンナコッタ                      ④かぼちゃと さつまいものサラダ                      ②ナン ③チキンカレー</p> <p>🍷                      ①きゅうりゅう ②とりにく ③とりにく ④とりにく                      ⑤とりにく ⑥とりにく                      ⑦とりにく ⑧とりにく                      ⑨とりにく ⑩とりにく</p> <p>🍷                      ③にんじん たまねぎ えのきたけ                      こななきとうきび ブル こんにやく                      ④かぼちゃ にんじん レーズン                      ⑤いたちかじゅう りんご</p> <p>🍷                      ②ごむぎこ さとう                      ③あぶら さとう マーガリン                      ④さつまいも パーム油 マヨネーズ                      ⑤さとう だいじゅう みずあめ てんぷら                      ⑥あかワイン マチヤップ しょうゆ                      ウスターソース カレールー</p> <p>エネルギー 651 kcal たんぱく質 24.1 g</p>	<p>🍷                      ④しいらのごまだれ                      ②ごはん ③さつまいも</p> <p>🍷                      ①きゅうりゅう ②とりにく ③とりにく                      ④とりにく ⑤とりにく                      ⑥とりにく ⑦とりにく                      ⑧とりにく ⑨とりにく                      ⑩とりにく</p> <p>🍷                      ③にんじん たまねぎ えのきたけ                      こななきとうきび ブル こんにやく                      ④かぼちゃ にんじん レーズン                      ⑤いたちかじゅう りんご</p> <p>🍷                      ②ごむぎこ さとう                      ③あぶら さとう マーガリン                      ④さつまいも パーム油 マヨネーズ                      ⑤さとう だいじゅう みずあめ てんぷら                      ⑥あかワイン マチヤップ しょうゆ                      ウスターソース カレールー</p> <p>エネルギー 622 kcal たんぱく質 30.5 g</p>	<p>🍷                      ④チキンなんばん                      ⑤タルタルソース                      ②ごはん ③かねしめい</p> <p>🍷                      ①きゅうりゅう ②とりにく ③とりにく                      ④とりにく ⑤とりにく                      ⑥とりにく ⑦とりにく                      ⑧とりにく ⑨とりにく                      ⑩とりにく</p> <p>🍷                      ③にんじん たまねぎ えのきたけ                      こななきとうきび ブル こんにやく                      ④かぼちゃ にんじん レーズン                      ⑤いたちかじゅう りんご</p> <p>🍷                      ②ごむぎこ さとう                      ③あぶら さとう マーガリン                      ④さつまいも パーム油 マヨネーズ                      ⑤さとう だいじゅう みずあめ てんぷら                      ⑥あかワイン マチヤップ しょうゆ                      ウスターソース カレールー</p> <p>エネルギー 677 kcal たんぱく質 29.1 g</p>	<p>🍷                      ④おぐらあん                      ②しょうパン ③みそこみょうどん</p> <p>🍷                      ①きゅうりゅう ②とりにく ③とりにく                      ④とりにく ⑤とりにく                      ⑥とりにく ⑦とりにく                      ⑧とりにく ⑨とりにく                      ⑩とりにく</p> <p>🍷                      ③にんじん たまねぎ えのきたけ                      こななきとうきび ブル こんにやく                      ④かぼちゃ にんじん レーズン                      ⑤いたちかじゅう りんご</p> <p>🍷                      ②ごむぎこ さとう                      ③あぶら さとう マーガリン                      ④さつまいも パーム油 マヨネーズ                      ⑤さとう だいじゅう みずあめ てんぷら                      ⑥あかワイン マチヤップ しょうゆ                      ウスターソース カレールー</p> <p>エネルギー 600 kcal たんぱく質 22.7 g</p>																																																										
献立	<p>🍷                      ④かぼちゃコロッケ                      ②こめこいりパン ③やさいのようらんに</p> <p>🍷                      ①きゅうりゅう ②とりにく ③とりにく                      ④とりにく ⑤とりにく                      ⑥とりにく ⑦とりにく                      ⑧とりにく ⑨とりにく                      ⑩とりにく</p> <p>🍷                      ③にんじん たまねぎ エリワサ せりふ                      フロッキー                      ④かぼちゃ たまねぎ りんご</p> <p>🍷                      ②ごむぎこ さとう                      ③あぶら さとう マーガリン                      ④さつまいも パーム油 マヨネーズ                      ⑤さとう だいじゅう みずあめ てんぷら                      ⑥あかワイン マチヤップ しょうゆ                      ウスターソース カレールー</p> <p>エネルギー 579 kcal たんぱく質 24.3 g</p>	<p>🍷                      ④きんぴらつみやき                      ②ごはん ③ほしだいこんのにも</p> <p>🍷                      ①きゅうりゅう ②とりにく ③とりにく                      ④とりにく ⑤とりにく                      ⑥とりにく ⑦とりにく                      ⑧とりにく ⑨とりにく                      ⑩とりにく</p> <p>🍷                      ③にんじん たまねぎ えのきたけ                      こななきとうきび ブル こんにやく                      ④かぼちゃ にんじん レーズン                      ⑤いたちかじゅう りんご</p> <p>🍷                      ②ごむぎこ さとう                      ③あぶら さとう マーガリン                      ④さつまいも パーム油 マヨネーズ                      ⑤さとう だいじゅう みずあめ てんぷら                      ⑥あかワイン マチヤップ しょうゆ                      ウスターソース カレールー</p> <p>エネルギー 598 kcal たんぱく質 25.7 g</p>	<p>🍷                      ④タコライス                      ②むぎごはん ③もすくスープ</p> <p>🍷                      ①きゅうりゅう ②とりにく ③とりにく                      ④とりにく ⑤とりにく                      ⑥とりにく ⑦とりにく                      ⑧とりにく ⑨とりにく                      ⑩とりにく</p> <p>🍷                      ③にんじん たまねぎ えのきたけ                      こななきとうきび ブル こんにやく                      ④かぼちゃ にんじん レーズン                      ⑤いたちかじゅう りんご</p> <p>🍷                      ②ごむぎこ さとう                      ③あぶら さとう マーガリン                      ④さつまいも パーム油 マヨネーズ                      ⑤さとう だいじゅう みずあめ てんぷら                      ⑥あかワイン マチヤップ しょうゆ                      ウスターソース カレールー</p> <p>エネルギー 651 kcal たんぱく質 24.8 g</p>	<p>🍷                      ⑤ブルーベリージャム                      ④ひじきとツナのうめふうみサラダ                      ②コッパン ③やさいとまめのポタージュ</p> <p>🍷                      ①きゅうりゅう ②とりにく ③とりにく                      ④とりにく ⑤とりにく                      ⑥とりにく ⑦とりにく                      ⑧とりにく ⑨とりにく                      ⑩とりにく</p> <p>🍷                      ③にんじん たまねぎ エリワサ せりふ                      フロッキー                      ④かぼちゃ たまねぎ りんご</p> <p>🍷                      ②ごむぎこ さとう                      ③あぶら さとう マーガリン                      ④さつまいも パーム油 マヨネーズ                      ⑤さとう だいじゅう みずあめ てんぷら                      ⑥あかワイン マチヤップ しょうゆ                      ウスターソース カレールー</p> <p>エネルギー 597 kcal たんぱく質 28.4 g</p>																																																										
	<p>🍷                      ④いわしのトマトに                      ⑤アセロラゼリ                      ②こくどうパン ③アイトプフ</p> <p>🍷                      ①きゅうりゅう ②とりにく ③とりにく                      ④とりにく ⑤とりにく                      ⑥とりにく ⑦とりにく                      ⑧とりにく ⑨とりにく                      ⑩とりにく</p> <p>🍷                      ③にんじん たまねぎ せりふ                      フロッキー                      ④かぼちゃ たまねぎ りんご</p> <p>🍷                      ②ごむぎこ さとう                      ③あぶら さとう マーガリン                      ④さつまいも パーム油 マヨネーズ                      ⑤さとう だいじゅう みずあめ てんぷら                      ⑥あかワイン マチヤップ しょうゆ                      ウスターソース カレールー</p> <p>エネルギー 639 kcal たんぱく質 25.3 g</p>	<p>🍷                      ④おこのみやき                      ②かやくごはん ③けんちんめ</p> <p>🍷                      ①きゅうりゅう ②とりにく ③とりにく                      ④とりにく ⑤とりにく                      ⑥とりにく ⑦とりにく                      ⑧とりにく ⑨とりにく                      ⑩とりにく</p> <p>🍷                      ③にんじん たまねぎ エリワサ せりふ                      フロッキー                      ④かぼちゃ たまねぎ りんご</p> <p>🍷                      ②ごむぎこ さとう                      ③あぶら さとう マーガリン                      ④さつまいも パーム油 マヨネーズ                      ⑤さとう だいじゅう みずあめ てんぷら                      ⑥あかワイン マチヤップ しょうゆ                      ウスターソース カレールー</p> <p>エネルギー 640 kcal たんぱく質 20.5 g</p>	<p>🍷                      ④わかめとほろもとのあえもの                      ②ごはん ③にくだんごのちゅうかに</p> <p>🍷                      ①きゅうりゅう ②とりにく ③とりにく                      ④とりにく ⑤とりにく                      ⑥とりにく ⑦とりにく                      ⑧とりにく ⑨とりにく                      ⑩とりにく</p> <p>🍷                      ③にんじん たまねぎ エリワサ せりふ                      フロッキー                      ④かぼちゃ たまねぎ りんご</p> <p>🍷                      ②ごむぎこ さとう                      ③あぶら さとう マーガリン                      ④さつまいも パーム油 マヨネーズ                      ⑤さとう だいじゅう みずあめ てんぷら                      ⑥あかワイン マチヤップ しょうゆ                      ウスターソース カレールー</p> <p>エネルギー 618 kcal たんぱく質 23.3 g</p>	<p>🍷                      ④ポテトカップグラタン                      ②メロンパン ③ホワイトシチュー</p> <p>🍷                      ①きゅうりゅう ②とりにく ③とりにく                      ④とりにく ⑤とりにく                      ⑥とりにく ⑦とりにく                      ⑧とりにく ⑨とりにく                      ⑩とりにく</p> <p>🍷                      ③にんじん たまねぎ エリワサ せりふ                      フロッキー                      ④かぼちゃ たまねぎ りんご</p> <p>🍷                      ②ごむぎこ さとう                      ③あぶら さとう マーガリン                      ④さつまいも パーム油 マヨネーズ                      ⑤さとう だいじゅう みずあめ てんぷら                      ⑥あかワイン マチヤップ しょうゆ                      ウスターソース カレールー</p> <p>エネルギー 691 kcal たんぱく質 23.9 g</p>	<p>🍷                      ④かつおたかな                      ②ごはん ③あつあげとぶたにくのみそじため</p> <p>🍷                      ①きゅうりゅう ②とりにく ③とりにく                      ④とりにく ⑤とりにく                      ⑥とりにく ⑦とりにく                      ⑧とりにく ⑨とりにく                      ⑩とりにく</p> <p>🍷                      ③にんじん たまねぎ エリワサ せりふ                      フロッキー                      ④かぼちゃ たまねぎ りんご</p> <p>🍷                      ②ごむぎこ さとう                      ③あぶら さとう マーガリン                      ④さつまいも パーム油 マヨネーズ                      ⑤さとう だいじゅう みずあめ てんぷら                      ⑥あかワイン マチヤップ しょうゆ                      ウスターソース カレールー</p> <p>エネルギー 650 kcal たんぱく質 24.1 g</p>																																																									