

# 5月 予定献立表

高浜町教育委員会

今月の地場産食材(福井県産)				1日(木)	2日(金)
米 麦 打ち豆 さば しいら カレイ にぼし 梅干し しいたけ 内浦レモン ミディトマト ミニトマト 名田庄漬 白ちくわ					
5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	ピビンバ
こどもの日	振替休日				
12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	
19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)	
26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)	

※高浜町学校給食センターでは、X(旧Twitter)に毎日の給食写真や食物アレルギー対応食写真を投稿しています。

※給食に関するお問い合わせは、給食センターでも承っております。



QRコード

令和7年 5月献立材料表①

高浜町教育委員会

	献立名	赤	黄	緑	熱量 たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量
		おもに体をつくる食品	おもにエネルギーのもとになる食品	おもに体の調子を整える食品	
1 木	ごはん		米		844kcal 33.5g 26.4g 122.4g 3.5g
	ユーリンチー	鶏肉	片栗粉 ごま油 さとう	ねぎ しょうが にんにく	
	ほうれん草とにんじんのナムル		さとう ごま ごま油	ほうれんそう もやし にんじん	
	中華風コーンスープ	ベーコン(乳卵なし) 卵	片栗粉	コーン 玉ねぎ にんじん しいたけ ねぎ	
	黒棒カルシウム(中学生のみ)	卵	黒糖 小麦粉 水あめ		
	(代替:ミニフィッシュ)	にぼし			
2 金	牛乳	牛乳			796kcal 27.4g 16.2g 142.4g 3.3g
	麦ごはん		米 麦		
	ちくわの抹茶揚げ	ちくわ(乳卵なし)	小麦粉 片栗粉 こめ油	まっ茶	
	キャベツのごまあえ		さとう ごま	キャベツ もやし にんじん	
	わかめとたまねぎのみそ汁	カットわかめ 豆腐 みそ		たまねぎ にんじん	
	かしわもち		小豆 米粉 さとう でんぷん		
7 水	牛乳	牛乳			720kcal 34.7g 21.5g 102.3g 3.0g
	麦ごはん		米 麦		
	しいらのかば焼き	しいら	片栗粉 こめ油 さとう	しょうが	
	おかかあえ	かつおぶし	さとう ごま	キャベツ ほうれん草 にんじん	
	若竹汁	豆腐 かまぼこ(乳卵なし) カットわかめ		たけのこ えのき	
	ひじきふりかけ	ひじき かつおぶし	さとう ごま	しそ	
8 木	牛乳	牛乳			741kcal 33.2g 25.3g 101.4g 3.4g
	たけのこごはん	油揚げ	米	たけのこ にんじん	
	鶏肉の梅ジャム焼き	鶏肉		梅ジャム しょうが にんにく	
	じゃがピー		じゃがいも こめ油	ピーマン	
	小松菜のみそ汁	豆腐 みそ		小松菜 玉ねぎ にんじん えのき	
	牛乳	牛乳			
9 金	ビビンバ				682kcal 29.4g 21.8g 96.9g 2.8g
	麦ごはん		米 麦		
	肉炒め	牛肉 みそ	こめ油 さとう	にんにく ねぎ	
	ナムル	卵	ごま油 ごま	小松菜 もやし にんじん	
	わかめスープ	カットわかめ 豆腐		玉ねぎ しいたけ ねぎ	
	牛乳	牛乳			
12 月	麦ごはん		米 麦		731kcal 28.4g 22.8g 111.9g 2.4g
	プルコギ風炒め	牛肉	さとう ごま油 ごま	玉ねぎ にんじん もやし たら しょうが にんにく	
	ジャーマンポテト	ベーコン(乳卵なし)	じゃがいも こめ油	たまねぎ パセリ	
	トマトの中華スープ	豆腐		トマト 玉ねぎ 小松菜 しいたけ	
	牛乳	牛乳			
13 火	ごはん		米		772kcal 27.8g 19.9g 141.5g 1.8g
	じゃがいもと高野豆腐のカレー煮	豚肉 凍り豆腐	じゃがいも こめ油 さとう こんにゃく	玉ねぎ にんじん ピーマン しょうが	
	ビーンズサラダ	大豆 チキンハム(乳卵なし)	こめ油 さとう	キャベツ きゅうり	
	永野さんのミディマト			ミディマト	
	牛乳	牛乳			
14 水	食パン	乳	小麦粉 マーガリン(乳なし) さとう		767kcal 34.4g 29.8g 109.2g 3.3g
	(代替:麦コッペ)		小麦粉 さとう 黒糖		
	アスパラサラダ	チキンハム(乳卵なし) チーズ	ノンエッグマヨネーズ	アスパラガス キャベツ	
	ポークビーンズ	豚肉 大豆	じゃがいも こめ油 マーガリン(乳なし) 米粉	玉ねぎ にんじん にんにく	
	マーシャルビーンズ	大豆粉 脱脂粉乳	植物油脂 さとう		
	(代替:いちごジャム)		さとう	いちご果汁	
15 木	牛乳	牛乳			815kcal 36.8g 24.0g 119.8g 2.5g
	ごはん		米		
	ショウロンボウ	豚肉	春雨 片栗粉 さとう 小麦粉	キャベツ たまねぎ たけのこ しょうが	
	もやしときゅうりの中華サラダ	チキンハム(乳卵なし)	さとう ごま油	もやし きゅうり	
	八宝菜	豚肉 うずら卵	こめ油 ごま油 さとう 片栗粉	しょうが キャベツ 玉ねぎ しいたけ たけのこ にんじん チンゲン菜	
	牛乳	牛乳			
16 金	麦ごはん		米 麦		730kcal 30.1g 21.0g 112.2g 2.6g
	かれいのから揚げねぎソースかけ	かれい	片栗粉 さとう ごま油	ねぎ	
	ささみの梅あえ	鶏肉	さとう こめ油	キャベツ きゅうり 梅肉	
	じゃがいものみそ汁	豆腐 みそ	じゃがいも	玉ねぎ にんじん	
	牛乳	牛乳			

令和7年 5月献立材料表②

高浜町教育委員会

	献立名	赤	黄	緑	熱量 たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量
		おもに体をつくる食品	おもにエネルギーのもとになる食品	おもに体の調子を整える食品	
19 月	小松菜の中華風混ぜごはん	豚肉	米 ごま油 さとう	しょうが 小松菜 にんじん	671kcal 24.4g 17.3g 107.3g 3.2g
	切干の梅サラダ	ツナフレーク	ノンエッグマヨネーズ さとう	切干大根 キャベツ 梅肉	
	コロコロ大根スープ	チキンハム(乳卵なし)		大根 にんじん キャベツ パセリ	
	りんごゼリー		さとう	りんご果汁	
	牛乳	牛乳			
20 火	ごはん		米		739kcal 31.5g 24.0g 104.5g 2.5g
	鶏肉の磯辺から揚げ	鶏肉 青のり	片栗粉 小麦粉 米粉 こめ油	にんにく しょうが	
	のり酢あえ	ツナフレーク のり	ごま さとう	小松菜 もやし	
	キャベツとわかめのみそ汁	カットわかめ 油揚げ みそ		キャベツ にんじん ねぎ	
	牛乳	牛乳			
21 水	米粉のボークカレー				846kcal 30.3g 24.7g 135.7g 3.0g
	麦ごはん		米 麦		
	カレールウ	豚肉 豆乳	じゃがいも マーガリン(乳なし) 米粉	にんじん たまねぎ しょうが にんにく りんごビュレト77ビュレ	
	マカロニサラダ	チーズ	マカロニ ノンエッグマヨネーズ	キャベツ きゅうり	
	あまなつ			あまなつ	
	牛乳	牛乳			
22 木	ごはん		米		736kcal 30.8g 17.9g 121.8g 1.9g
	親子煮	鶏肉 卵	じゃがいも しらたき さとう こめ油	玉ねぎ にんじん しいたけ ねぎ	
	ビーフンサラダ	ツナフレーク	ビーフン こめ油 さとう	もやし きゅうり	
	永野さんのミディトマト			ミディトマト	
	牛乳	牛乳			
23 金	麦ごはん		米 麦		752kcal 32.3g 24.0g 113.7g 3.0g
	さばのごまだれ焼き	さば	さとう ごま 片栗粉		
	大根のきんぴら	ベーコン(乳卵なし)	こめ油 さとう ごま	大根 にんじん	
	春のけんちん汁	厚揚げ	さとも ごま油 こんにゃく	たけのこ にんじん ごぼう ねぎ	
	味付けのり	のり			
	牛乳	牛乳			
26 月	麦ごはん		米 麦		772kcal 25.5g 26.3g 118.5g 3.0g
	豆腐ハンバーグのトマトソースかけ	鶏肉 豆腐	マーガリン(乳なし) さとう	トマト 玉ねぎ	
	ポテトサラダ	チキンハム(乳卵なし)	じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	きゅうり にんじん	
	マカロニスープ	ベーコン(乳卵なし)	マカロニ	キャベツ 玉ねぎ にんじん 小松菜	
	牛乳	牛乳			
27 火	ハヤシライス				803kcal 32.7g 20.9g 143.9g 2.3g
	ごはん		米		
	ハヤシルウ	牛肉 赤みそ	こめ油 マーガリン(乳なし) さとう 米粉	玉ねぎ にんじん しいたけ にんにく	
	ひじきサラダ	ひじき チキンハム(乳卵なし)	米油 さとう	キャベツ	
	ヨーグルト	生乳	さとう		
	(代替:いちごゼリー)		さとう	いちご果汁	
28 水	牛乳	牛乳			640kcal 30.4g 16.4g 96.6g 2.1g
	麦ごはん		米 麦		
	ねぎ塩豚丼の具	豚肉	ごま油 ごま 片栗粉	玉ねぎ もやし しょうが にんにく レモン果汁	
	高浜産ミニトマト			ミニトマト	
	中華風卵スープ	豆腐 卵	片栗粉	小松菜 えのき	
29 木	牛乳	牛乳			713kcal 31.3g 19.1g 110.3g 2.4g
	ごはん		米		
	すき焼き風煮	牛肉 焼き豆腐	しらたき ふ こめ油 さとう	にんじん ねぎ 玉ねぎ ごぼう しいたけ	
	キャベツの漬け物あえ			キャベツ きゅうり 大根 しそ しょうが	
	手作りふりかけ	じゃこ 塩昆布 かつおぶし あおのり	ごま さとう		
30 金	牛乳	牛乳			643kcal 31.8g 17.1g 93.1g 4.1g
	えんどうごはん		米	えんどう豆	
	いわしのかんろ煮	いわし	さとう 片栗粉	しょうが	
	キュウメちゃん	カットわかめ ツナフレーク	さとう ごま	きゅうり 梅肉	
	すまし汁	豆腐 かまぼこ(乳卵なし)	ふ	にんじん えのき ねぎ	
30 金	牛乳	牛乳			643kcal 31.8g 17.1g 93.1g 4.1g