

令和7年度 5月 献立表 小学生

	月	火	水	木	金
こんだて あか き みどり	★牛乳は毎日つきます。 ★食材や献立は、気象状況や流通により変更することもあります。 ★日にちの横の数字は、エネルギー量です。 ★塩分量はめん類の汁を残した量です。 ★うどんやラーメンの汁は残すようにしましょう	小学生平均 エネルギー：596 kcal たんぱく質：24.6 g 脂質：20.6 g カルシウム：335 mg 食塩：2.2 g		1 666kcal ナン キーマカレー チキンナゲット コールスローサラダ こどもの日ゼリー	2 653kcal ごはん とんじる いわしのしょうがに きりぼしだいこんの ごまあえ
	★厚沢部町食材★ お米・メークイン・きくらげ ★乙部町食材★ いちご		ぶたにく、だいず、ロースハム、とりにく		ぶたにく、とうふ、みそ、いわし、とりにく
			ナン、油、小麦粉、砂糖、カレーフレーク、コーン、ノンエッグマヨネーズ		こめ、油、じゃがいも、こんにゃく、砂糖、こま、こまドレッシング
			たまねぎ、にんじん、セロリ、トマト、キャベツ、きゅうり、日向夏		たまねぎ、ごぼう、だいこん、にんじん、切干大根、きゅうり
こんだて あか き みどり	5	6	7 611kcal ごはん みそしる (ほうれんそう・あぶらあげ) しろみさかなフライ にくじゃが	8 603kcal こくとうパン ミネストローネ マカロニグラタン フルーツしらたま	9 588kcal ちゅうかどん (むぎごはん) だいがくいも こまつなの おかかあえ
	こどもの日		油あげ、みそ、ほぎ、ぶたにく		ぶたにく、いか、ロースハム、かつおぶし
	振替休日		こめ、小麦粉、片栗粉、パン粉、油、砂糖、じゃがいも		こめ、むぎ、油、塩ラーメンスープの素、片栗粉、さつまいも、砂糖、こま
			ほうれんそう、たまねぎ、にんじん、グリーンピース、しいたけ		たけのこ、にんじん、はくさい、チンゲンサイ、きくらげ、こまつな、だいこん
			食パン、油、砂糖、マカロニ、コーン、小麦粉、バター、もち米		
こんだて あか き みどり	12 609kcal ごはん けんちんじる とりのからあげ ビーフンの いためもの	13 520kcal しょうゆラーメン チンゲンサイナムル いちご	14 601kcal ひじきごはん みそしる (じゃがいも・えのき) さばのソースやき キャベツの しおこんぶあえ	15 616kcal バターパン ポークシチュー ほうれんそうオムレツ ヨーグルトあえ	16 643kcal ごはん だいこんスープ 手作りハンバーグ えだまめコーンサラダ
	とうふ、とりにく、ぶたにく	ぶたにく、なると	とりにく、むじき、油あげ、みそ、さば、こんぶ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、たまご、生クリーム、チーズ、ベーコン、ヨーグルト	ベーコン、ぶたにく、とうふ、えだまめ
	こめ、こんにゃく、れんこん、片栗粉、小麦粉、ビーフン、油、砂糖、こま油	ラーメン、油、ラーメンスープ、砂糖、こま油	こめ、むぎ、しらたき、油、砂糖、じゃがいも、小麦粉、片栗粉、こま油、こま	バターパン、油、じゃがいも、バター、デミグラスソース、小麦粉、オリーブオイル	こめ、油、パン粉、砂糖、コーン
	だいこん、にんじん、ごぼう、ねぎ、ピーマン、キャベツ、しいたけ	もやし、めんま、ほうれんそう、ねぎ、にんじん、きくらげ、チンゲンサイ、いちご	にんじん、グリーンピース、ねぎ、えのき、キャベツ、きゅうり	たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、ほうれんそう、みかん、もも、バナナ	切干大根、もやし、たまねぎ、にんじん、チンゲンサイ、キャベツ、きゅうり
こんだて あか き みどり	19 623kcal ごはん どさんこじる とりのごまてりやき きりぼしだいこん	20 557kcal クリームスパゲティ あさりのサラダ スライスパイン	21 555kcal ごはん わかめスープ あげしゅうまい チンジャオロース	22 577kcal ブリカツバーガー ・バーガーパン ・ブリカツ ・タルタルソース ・ボイルキャベツ イタリアンスープ	23 667kcal チキンカレー (むぎごはん) わふうサラダ オレンジ
	さけ、ほたて、みそ、とりにく、さつまあげ	ベーコン、豆乳、みそ、あさり	わかめ、ぶたにく	ぶり、ベーコン、だいず	ぎゅうにゅう、とりにく、いんげん、じゃこ
	こめ、じゃがいも、コーン、油、こんにゃく、バター、こま、砂糖	スパゲティ、オリーブオイル、油、小麦粉、バター、砂糖、こま油、こま	こめ、こま油、油、片栗粉、砂糖、パン粉、小麦粉	コッペパン、油、パン粉、砂糖、ノンエッグタルタルソース、じゃがいも、コーン、マカロニ	こめ、むぎ、油、バター、小麦粉、じゃがいも、砂糖、こま油、こま
	だいこん、にんじん、たまねぎ、切干大根	たまねぎ、こまつな、しめじ、きゅうり、キャベツ、にんじん、パイン	ねぎ、だいこん、もやし、たけのこ、ピーマン	キャベツ、にんじん、たまねぎ	たまねぎ、にんじん、りんご、切干大根、きゅうり、オレンジ
こんだて あか き みどり	26 552kcal ごはん にくだんごじる てりやきチキン なめたけあえ	27 564kcal ごもくあんかけうどん だいこんと ツナのサラダ りんご	28 596kcal ごはん さつまじる さけのしおやき ひじきのいために	29 542kcal せわりコッペパン チリコンカン ホワイトシチュー パリパリサラダ	30 572kcal ビビンバ (むぎごはん) たまごスープ あげはるまき
	とりにく、ぶたにく	いか、ほたて、ぶたにく、ツナ	とりにく、とうふ、みそ、さけ、ひじき、だいず、油あげ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、だいず、えだまめ、とりにく、しろはなめ、スキムミルク	ぶたにく、たまご、とうふ、ひじき
	こめ、砂糖、油	うどん、油、片栗粉、コーン、マヨネーズ、ノンエッグマヨネーズ	こめ、さつまいも、こんにゃく、しらたき、砂糖、油	コッペパン、油、砂糖、バター、じゃがいも、小麦粉、ぎょうざの皮、こまドレッシング	こめ、むぎ、油、砂糖、こま油、こま、片栗粉
	はくさい、だいこん、にんじん、ねぎ、ほうれんそう、なめたけ	たけのこ、はくさい、チンゲンサイ、にんじん、もやし、きくらげ、切干大根、きゅうり、こまつな、りんご	にんじん、たまねぎ、だいこん、ごぼう	たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、トマト、ブロッコリー、キャベツ、きゅうり	ほうれんそう、もやし、にんじん、はくさい、ねぎ

令和7年度 5月 アレルギー献立表 小学生

	月	火	水	木	金	
こんだて	★牛乳は毎日つきます。 ★食材や献立は、気象状況や流通により変更することもあります。 ★日にちの横の数字は、エネルギー量です。 ★塩分量はめん類の汁を残した量です。 ★うどんやラーメンの汁は残すようにしましょう		小学生平均 エネルギー：591 kcal たんぱく質：24.0 g 脂質：20.9 g カルシウム：325 mg 食塩：2.2 g	1 666kcal ナン キーマカレー チキンナゲット コールスローサラダ こどもの日ゼリー	2 699kcal ごはん とんじる ぶたのしょうがやき きりぼしだいこんの ごまあえ	
あか	★厚沢部町食材★ お米・メークイン・きくらげ ★乙部町食材★ いちご			ぶたにく、だいず、ロースハム、とりにく	ぶたにく、とうふ、みそ、いわし、とりにく	
き				ナン、油、小麦粉、砂糖、カレーフレーク、コーン、ノンエッグマヨネーズ	こめ、油、じゃがいも、こんにゃく、砂糖、ごま、ごまドレッシング	
みどり				たまねぎ、にんじん、セロリ、トマト、キャベツ、きゅうり、日向夏	たまねぎ、ごぼう、だいこん、にんじん、切干大根、きゅうり	
こんだて	5	6	7 643kcal ごはん みそしる (ほうれんそう・あぶらあげ) メンチカツ にくじゃが	8 603kcal こくとうパン ミネストローネ マカロニグラタン フルーツしらたま	9 601kcal ちゅうかどん (むぎごはん) だいがくいも こまつなの おかかあえ	
あか	こどもの日		油あげ、みそ、ほしき、ぶたにく	ぎゅうにゅう、ウインナー、えだまめ、だいず、ベーコン、チーズ	ぶたにく、いか、ロースハム、かつおぶし	
き			こめ、小麦粉、パン粉、油、砂糖、じゃがいも	食パン、油、砂糖、マカロニ、コーン、小麦粉、バター、もち米	こめ、むぎ、油、塩ラーメンスープの素、片栗粉、さつまいも、砂糖、ごま	
みどり			ほうれんそう、たまねぎ、にんじん、グリーンピース、しいたけ	キャベツ、たまねぎ、にんじん、トマト、しめじ、みかん、バナナ	たけのこ、にんじん、はくさい、チンゲンサイ、きくらげ、こまつな、だいこん	
こんだて	12 609kcal ごはん けんちんじる とりのからあげ ビーフンの いためもの	13 520kcal しょうゆラーメン チンゲンサイナムル いちご	14 595kcal ひじきごはん みそしる (じゃがいも・えのき) ぶたのソースやき キャベツの しおこんぶあえ	15 659kcal バターパン ポークシチュー とうにゅうコロッケ ヨーグルトあえ	16 643kcal ごはん だいこんスープ 手作りハンバーグ えだまめコーンサラダ	
あか	とうふ、とりにく、ぶたにく	ぶたにく、なると	とりにく、ひじき、油あげ、みそ、さば、ぶたにく、こんにゃく	ぎゅうにゅう、ぶたにく、たまご、生クリーム、チーズ、ベーコン、豆乳、ヨーグルト	ベーコン、ぶたにく、とうふ、えだまめ	
き	こめ、こんにゃく、れんこん、片栗粉、小麦粉、ビーフン、油、砂糖、ごま油	ラーメン、油、ラーメンスープ、砂糖、ごま油	こめ、むぎ、しらたき、油、砂糖、じゃがいも、小麦粉、片栗粉、ごま油、ごま	バターパン、油、じゃがいも、バター、デミグラスソース、小麦粉、パン粉	こめ、油、パン粉、砂糖、コーン	
みどり	だいこん、にんじん、ごぼう、ねぎ、ピーマン、キャベツ、しいたけ	もやし、めんま、ほうれんそう、ねぎ、にんじん、きくらげ、チンゲンサイ、いちご	にんじん、グリーンピース、ねぎ、えのき、キャベツ、きゅうり	たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、ほうれんそう、みかん、もも、バナナ	切干大根、もやし、たまねぎ、にんじん、チンゲンサイ、キャベツ、きゅうり	
こんだて	19 586kcal ごはん ほたてじる とりのごまてりやき きりぼしだいこん	20 557kcal クリームスパゲティ あさりのサラダ スライスパイン	21 555kcal ごはん わかめスープ あげしゅうまい チンジャオロース	22 459kcal ほたてバーガー ・バーガーパン ・ホタテフライ ・タルタルソース ・ボイルキャベツ イタリアンスープ	23 680kcal チキンカレー (むぎごはん) わふうサラダ オレンジ	
あか	さば、ほたて、みそ、とりにく、さつまあげ	ベーコン、豆乳、みそ、あさり	わかめ、ぶたにく	ぶり、ほたて、ベーコン、だいず	ぎゅうにゅう、とりにく、いんげん、じゃこ	
き	こめ、じゃがいも、コーン、油、こんにゃく、バター、ごま、砂糖	スパゲティ、オリーブオイル、油、小麦粉、バター、砂糖、ごま油、ごま	こめ、ごま油、油、片栗粉、砂糖、パン粉、小麦粉	コッペパン、パン粉、油、砂糖、ノンエッグタルタルソース、じゃがいも、コーン、マカロニ	こめ、むぎ、油、バター、小麦粉、じゃがいも、砂糖、ごま油、ごま	
みどり	だいこん、にんじん、たまねぎ、切干大根	たまねぎ、こまつな、しめじ、きゅうり、キャベツ、にんじん、パイン	ねぎ、だいこん、もやし、たけのこ、ピーマン	キャベツ、にんじん、たまねぎ	たまねぎ、にんじん、りんご、切干大根、きゅうり、オレンジ	
こんだて	26 552kcal ごはん にくだんごじる てりやきチキン なめたけあえ	27 564kcal ごもくあんかけうどん だいこんと ツナのサラダ りんご	28 646kcal ごはん さつまじる ぶたのみそやき ひじきのいために	29 542kcal せわりコッペパン チリコンカン ホワイトシチュー パリパリサラダ	30 567kcal ビビンバ (むぎごはん) とうふスープ あげはるまき	
あか	とりにく、ぶたにく	いか、ほたて、ぶたにく、ツナ	とりにく、とうふ、みそ、さば、ぶたにく、ひじき、だいず、油あげ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、だいず、えだまめ、とりにく、しらほなまめ、スキムミルク	ぶたにく、たまご、とうふ、ひじき	
き	こめ、砂糖、油	うどん、油、片栗粉、コーン、マヨネーズ、ノンエッグマヨネーズ	こめ、さつまいも、こんにゃく、しらたき、砂糖、油	コッペパン、油、砂糖、バター、じゃがいも、小麦粉、ぎょうざの皮、ごまドレッシング	こめ、むぎ、油、砂糖、ごま油、ごま	
みどり	はくさい、だいこん、にんじん、ねぎ、ほうれんそう、なめたけ	たけのこ、はくさい、チンゲンサイ、にんじん、もやし、きくらげ、切干大根、きゅうり、こまつな、りんご	にんじん、たまねぎ、だいこん、ごぼう	たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、トマト、ブロッコリー、キャベツ、きゅうり	ほうれんそう、もやし、にんじん、はくさい、ねぎ	

令和7年度 5月 献立表 中学生

	月	火	水	木	金
こんだて	★牛乳は毎日つきます。 ★食材や献立は、気象状況や流通により変更することもあります。 ★日にちの横の数字は、エネルギー量です。 ★塩分量はめん類の汁を残した量です。 ★うどんやラーメンの汁は残すようにしましょう。		中学生平均 エネルギー：772 kcal たんぱく質：31.1 g 脂質：25.5 g カルシウム：393 mg 食塩：3.0 g	1 883kcal	2 834kcal
	★厚沢部町食材★ お米・メークイン・きくらげ ★乙部町食材★ いちご			ナン	ごはん
				キーマカレー	豚汁
				チキンナゲット	いわしの生姜煮
あか			コールスローサラダ	切干大根の	
き			こどもの日ゼリー	ごま和え	
みどり			ぶたにく、だいず、ロースハム、とりにく	ぶたにく、とうふ、みそ、いわし、とりにく	
			ナン、油、小麦粉、砂糖、カレーフレーク、コーン、ノンエッグマヨネーズ	こめ、油、じゃがいも、こんにゃく、砂糖、ごま、ごまドレッシング	
			たまねぎ、にんじん、セロリ、トマト、キャベツ、きゅうり、日向夏	たまねぎ、ごぼう、だいこん、にんじん、切干大根、きゅうり	
こんだて	5	6	7 809kcal	8 792kcal	9 763kcal
あか	こどもの日	振替休日	ごはん	黒糖パン	中華丼
			みそ汁	ミネストローネ	(麦ごはん)
			(ほうれん草・油揚げ)	マカロニグラタン	大学芋
			白身魚フライ	フルーツ白玉	小松菜のおかか和え
き			肉じゃが		
みどり			油あげ、みそ、ほき、ぶたにく	ぎゅうにゅう、ウインナー、えだまめ、だいず、ベーコン、チーズ	ぶたにく、いか、ロースハム、かつおぶし
			こめ、小麦粉、片栗粉、パン粉、油、砂糖、じゃがいも	食パン、油、砂糖、マカロニ、コーン、小麦粉、バター、もち米	こめ、むぎ、油、塩ラーメンスープの素、片栗粉、さつまいも、砂糖、ごま
			ほうれんそう、たまねぎ、にんじん、グリーンピース、しいたけ	キャベツ、たまねぎ、にんじん、トマト、しめじ、みかん、バナナ	たけのこ、にんじん、はくさい、チンゲンサイ、きくらげ、こまつな、だいこん
こんだて	12 881kcal	13 666kcal	14 719kcal	15 809kcal	16 847kcal
あか	ごはん	醤油ラーメン	ひじきごはん	バターパン	ごはん
	けんちん汁	チンゲン菜のナムル	みそ汁	ポークシチュー	大根スープ
	鶏の唐揚げ	いちご	(じゃがいも・えのき)	ほうれん草オムレツ	手作りハンバーグ
	ビーフンの炒め物		さばのソース焼き	ヨーグルト和え	枝豆コーンサラダ
き			キャベツの		
みどり			塩昆布和え		
	とうふ、とりにく、ぶたにく	ぶたにく、なると	とりにく、ひじき、油あげ、みそ、さば、こんぶ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、たまご、生クリーム、チーズ、ベーコン、ヨーグルト	ベーコン、ぶたにく、とうふ、えだまめ
	こめ、こんにゃく、れんこん、片栗粉、小麦粉、ビーフン、油、砂糖、ごま油	ラーメン、油、ラーメンスープ、砂糖、ごま油	こめ、むぎ、しらたき、油、砂糖、じゃがいも、小麦粉、片栗粉、ごま油、ごま	バターパン、油、じゃがいも、バター、デミグラスソース、小麦粉、オリーブオイル	こめ、油、パン粉、砂糖、コーン
	だいこん、にんじん、ごぼう、ねぎ、ピーマン、キャベツ、しいたけ	もやし、めんま、ほうれんそう、ねぎ、にんじん、きくらげ、チンゲンサイ、いちご	にんじん、グリーンピース、ねぎ、えのき、キャベツ、きゅうり	たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、ほうれんそう、みかん、もも、バナナ	切干大根、もやし、たまねぎ、にんじん、チンゲンサイ、キャベツ、きゅうり
こんだて	19 784kcal	20 718kcal	21 734kcal	22 748kcal	23 858kcal
あか	ごはん	クリームスパゲティ	ごはん	ブリカツバーガー	チキンカレー
	どさんこ汁	あさりのサラダ	わかめスープ	・バーガーパン	(麦ごはん)
	鶏のごま照り焼き	スライスパイン	揚げしゅうまい	・ブリカツ	和風サラダ
	切干大根		チンジャオロース	・タルタルソース	オレンジ
き			・ボイルキャベツ		
みどり			・スライスチーズ		
			イタリアンスープ		
	さけ、ほたて、みそ、とりにく、さつまあげ	ベーコン、豆乳、みそ、あさり	わかめ、ぶたにく	ぶり、ベーコン、だいず、チーズ	ぎゅうにゅう、とりにく、いんげん、じゃこ
	こめ、じゃがいも、コーン、油、こんにゃく、バター、ごま、砂糖	スパゲティ、オリーブオイル、油、小麦粉、バター、砂糖、ごま油、ごま	こめ、ごま油、油、片栗粉、砂糖、パン粉、小麦粉	コッペパン、油、パン粉、砂糖、ノンエッグタルタルソース、じゃがいも、コーン、マカロニ	こめ、むぎ、油、バター、小麦粉、じゃがいも、砂糖、ごま油、ごま
	だいこん、にんじん、たまねぎ、切干大根	たまねぎ、こまつな、しめじ、きゅうり、キャベツ、にんじん、パイン	ねぎ、だいこん、もやし、たけのこ、ピーマン	キャベツ、にんじん、たまねぎ	たまねぎ、にんじん、りんご、切干大根、きゅうり、オレンジ
こんだて	26	27 711kcal	28 774kcal	29 759kcal	30 743kcal
あか	体育祭 振替休日	五目あんかけうどん	ごはん	背割りコッペパン	ビビンバ
		大根とツナのサラダ	さつま汁	チリコンカン	(麦ごはん)
		りんご	鮭の塩焼き	ホワイトシチュー	たまごスープ
			ひじきの炒め煮	パリパリサラダ	揚げ春巻き
き			ヨーグルト		
みどり			いか、ほたて、ぶたにく、ツナ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、だいず、えだまめ、とりにく、しらはなまめ、スキムミルク、ヨーグルト	ぶたにく、たまご、とうふ、ひじき
			うどん、油、片栗粉、コーン、マヨネーズ、ノンエッグマヨネーズ	こめ、さつまいも、こんにゃく、しらたき、砂糖、油	コッペパン、油、砂糖、バター、じゃがいも、小麦粉、きょうざの皮、ごまドレッシング
			たけのこ、はくさい、チンゲンサイ、にんじん、もやし、きくらげ、切干大根、きゅうり、小松菜、りんご	にんじん、たまねぎ、だいこん、ごぼう	たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、トマト、ブロッコリー、キャベツ、きゅうり
				ほうれんそう、もやし、にんじん、はくさい、ねぎ	

令和7年度 5月 アレルギー献立表 中学生

	月	火	水	木	金	
こんだて	★牛乳は毎日つきます。 ★食材や献立は、気象状況や流通により変更することもあります。 ★日にちの横の数字は、エネルギー量です。 ★塩分量はめん類の汁を残した量です。 ★うどんやラーメンの汁は残すようにしましょう。		中学生平均 エネルギー：772 kcal たんぱく質：31.1 g 脂質：25.5 g カルシウム：393 mg 食塩：3.0 g	1 883kcal ナン キーマカレー チキンナゲット コールスローサラダ こどもの日ゼリー	2 834kcal ごはん 豚汁 いわしの生姜煮 切干大根の ごま和え	
	あか	★厚沢部町食材★ お米・メークイン・きくらげ ★乙部町食材★ いちご		ぶたにく、だいず、ロースハム、とりにく	ぶたにく、とうふ、みそ、いわし、とりにく	
	き			ナン、油、小麦粉、砂糖、カレーフレーク、コーン、ノンエッグマヨネーズ	こめ、油、じゃがいも、こんにゃく、砂糖、ごま、ごまドレッシング	
	みどり			たまねぎ、にんじん、セロリ、トマト、キャベツ、きゅうり、日向夏	たまねぎ、ごぼう、だいこん、にんじん、切干大根、きゅうり	
こんだて	5	6	7 809kcal ごはん みそ汁 (ほうれん草・油揚げ) 白身魚フライ 肉じゃが	8 792kcal 黒糖パン ミネストローネ マカロニグラタン フルーツ白玉	9 763kcal 中華丼 (麦ごはん) 大学芋 小松菜のおかか和え	
	こどもの日		振替休日			
	あか			油あげ、みそ、ほき、ぶたにく	ぎゅうにゅう、ウインナー、えだまめ、だいず、ベーコン、チーズ	
	き			こめ、小麦粉、片栗粉、パン粉、油、砂糖、じゃがいも	食パン、油、砂糖、マカロニ、コーン、小麦粉、バター、もち米	
みどり			ほうれんそう、たまねぎ、にんじん、グリーンピース、しいたけ	キャベツ、たまねぎ、にんじん、トマト、しめじ、みかん、バナナ	こめ、むぎ、油、塩ラーメンスープの素、片栗粉、さつまいも、砂糖、ごま	
こんだて	12 881kcal ごはん けんちん汁 鶏の唐揚げ ビーフンの炒め物	13 666kcal 醤油ラーメン チンゲン菜のナムル いちご	14 719kcal ひじきごはん みそ汁 (じゃがいも・えのき) さばのソース焼き キャベツの 塩昆布和え	15 809kcal バターパン ポークシチュー ほうれん草オムレツ ヨーグルト和え	16 847kcal ごはん 大根スープ 手作りハンバーグ 枝豆コーンサラダ	
	あか	とうふ、とりにく、ぶたにく	ぶたにく、なると	とりにく、ひじき、油あげ、みそ、さば、こんぶ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、たまご、生クリーム、チーズ、ベーコン、ヨーグルト	
	き	こめ、こんにゃく、れんこん、片栗粉、小麦粉、ビーフン、油、砂糖、ごま油	ラーメン、油、ラーメンスープ、砂糖、ごま油	こめ、むぎ、しらたき、油、砂糖、じゃがいも、小麦粉、片栗粉、ごま油、ごま	バターパン、油、じゃがいも、バター、デミグラスソース、小麦粉、オリーブオイル	
	みどり	だいこん、にんじん、ごぼう、ねぎ、ピーマン、キャベツ、しいたけ	もやし、めんま、ほうれんそう、ねぎ、にんじん、きくらげ、チンゲンサイ、いちご	にんじん、グリーンピース、ねぎ、えのき、キャベツ、きゅうり	たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、ほうれんそう、みかん、もも、バナナ	
こんだて	19 784kcal ごはん どさんこ汁 鶏のごま照り焼き 切干大根	20 718kcal クリームスパゲティ あさりのサラダ 黄桃	21 734kcal ごはん わかめスープ 揚げしゅうまい チンジャオロース	22 748kcal ブリカツバーガー ・バーガーパン ・ブリカツ ・タルタルソース ・ポイルキャベツ ・スライスチーズ イタリアンスープ	23 858kcal チキンカレー (麦ごはん) 和風サラダ オレンジ	
	あか	さけ、ほたて、みそ、とりにく、さつまあげ	ベーコン、豆乳、みそ、あさり	わかめ、ぶたにく	ぶり、ベーコン、だいず、チーズ	
	き	こめ、じゃがいも、コーン、油、こんにゃく、バター、ごま、砂糖	スパゲティ、オリーブオイル、油、小麦粉、バター、砂糖、ごま油、ごま	こめ、ごま油、油、片栗粉、砂糖、パン粉、小麦粉	コッペパン、油、パン粉、砂糖、ノンエッグタルタルソース、じゃがいも、コーン、マカロニ	
	みどり	だいこん、にんじん、たまねぎ、切干大根	たまねぎ、ごまつな、しめじ、きゅうり、キャベツ、にんじん、パイナップル、黄桃	ねぎ、だいこん、もやし、たけのこ、ピーマン	キャベツ、にんじん、たまねぎ	
こんだて	26	27 711kcal 五目あんかけうどん 大根とツナのサラダ りんご	28 774kcal ごはん さつま汁 鮭の塩焼き ひじきの炒め煮	29 759kcal 背割りコッペパン チリコンカン ホワイトシチュー パリパリサラダ ヨーグルト	30 743kcal ビビンバ (麦ごはん) たまごスープ 揚げ春巻き	
	体育祭 振替休日					
	あか	いか、ほたて、ぶたにく、ツナ	とりにく、とうふ、みそ、さけ、ひじき、だいず、油あげ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、だいず、えだまめ、とりにく、しらなまめ、スキムミルク、ヨーグルト	ぶたにく、たまご、とうふ、ひじき	
	き	うどん、油、片栗粉、コーン、マヨネーズ、ノンエッグマヨネーズ	こめ、さつまいも、こんにゃく、しらたき、砂糖、油	こめ、さつまいも、こんにゃく、しらたき、砂糖、油	こめ、むぎ、油、砂糖、ごま油、ごま、片栗粉	
みどり	たけのこ、はくさい、チンゲンサイ、にんじん、もやし、きくらげ、切干大根、きゅうり、小松菜、りんご	にんじん、たまねぎ、だいこん、ごぼう	にんじん、たまねぎ、だいこん、ごぼう	たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、トマト、ブロッコリー、キャベツ、きゅうり		