



令和8年5月学校給食献立表



柳井市立学校給食センター TEL(0820)22-1312

日曜	こんだて	おもなざいりょう						エネルギー		食塩相当量 (g) 上段:小 下段:中	
		あか		みどり		きいろ		kcal			
		おもにからだをつくる		おもにからだの調子をどとのえる		おもにエネルギーのもとになる		たんぱく質			
		たんぱくしつ	むきしつ	カロテン	ビタミンC	たんすいかぶつ	ししつ	小	中		
1金	①むぎごはん	①こどもの日こんだて	とりにく	ぎゅうにゅう	さやいんげん	しょうが	★こめ むぎ		634	728	2.0
		②とりそばろ	とりにく		しょうが	しょうが	さとう				2.6
		わかたけじる	とうふ	わかめ	ねぎ	たけのこ えのきたけ					
		かしわもち	あずき				こめこ さとう みずあめ	あぶら	27.3	32.4	
7木	むぎごはん	ぶたにくときくらげのいためもの	ぶたにく さつまあげ	ぎゅうにゅう	にんじん	もやし ★きくらげ	★こめ むぎ	ごまあぶら	588	690	1.6
		けんちんじる	とうふ あぶらあげ		にんじん ねぎ	だいこん ごぼう しいたけ	じゃがいも	あぶら			1.9
		のりつくだに	のり				さとう みずあめ		22.3	26.2	
8金	たけのこごはん	かつおのいそふうみ	とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん	たけのこ しいたけ グリンピース	★こめ むぎ さとう		575	707	2.1
		こうやどうふのみそじる	かつお	あおのり		しょうが	さとう でんぷん	あぶら			2.6
			こうやどうふ みそ		にんじん こまつな	しろねぎ えのきたけ			26.1	31.6	
11月	むぎごはん	カレーにくじゃが	ぎゅうにく	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ えだまめ	★こめ むぎ		611	722	1.4
		きりぼしだいこんのあまずあえ	なまあげ ちくわ				じゃがいも	こんにやく さとう			1.8
					にんじん	きりぼしだいこん きゅうり	さとう	ごま	21.1	25.1	
12火	①むぎごはん	①ピビンバ	ぎゅうにく たまご みそ	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	もやし ぜんまい にんにく	★こめ むぎ		594	720	1.3
		②わかめスープ	とりにく とうふ	わかめ	にんじん ねぎ	たまねぎ	さとう	ごま			1.5
		中学校のみ オレンジ				オレンジ			25.3	30.8	
13水	コッペパン	①チキンビーンズ	とりにく だいず	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ しめじ	こめこパン	じゃがいも	628	773	2.2
		コールスローサラダ	ひよこまめ				さとう	パンこ			2.7
					にんじん	キャベツ とうもろこし	さとう	ノンエッグマヨネーズ	26.6	32.8	
14木	むぎごはん	ちくわのいそべあげ 小1こ、中2こ	ちくわ	ぎゅうにゅう			★こめ むぎ		666	840	1.9
		しおこんぶいため	ぶたにく	あおさ	にんじん	きりぼしだいこん しょうが	こむぎこ さとう でんぷん	あぶら			2.4
		はるやさいのみそじる	とうふ あぶらあげ	みそ わかめ	にんじん	キャベツ たけのこ			22.9	28.8	
15金	①むぎごはん	①ポークカレー	ぶたにく とうにゅう	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ にんにく しょうが	★こめ むぎ		654	778	1.5
		②フルーツミックス				もも パインアップル	じゃがいも				2.0
							ゼリー		19.1	22.4	
18月	いりこなめし	かぼちゃコロッケ	かつおぶし	ぎゅうにゅう	しらすぼし	ひろしまな みずな だいこんぼ	★こめ むぎ	さとう でんぷん	633	731	2.5
		うおそうめんじる	とうふ うおそうめん	わかめ	にんじん ねぎ	たまねぎ	じゃがいも さとう	パンこ			3.1
							こむぎこ でんぷん	あぶら	18.8	21.7	
19火	むぎごはん	じゃがいものそばろに	とりにく なまあげ ちくわ	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ えだまめ	★こめ むぎ	こんにやく さとう	593	696	1.3
		ブロッコリーのごまあえ			ブロッコリー		さとう	ごま			1.7
		あじつけのり	のり				さとう		24.0	28.4	
20水	コッペパン	①チリコンカン	ぶたにく だいず	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ マッシュルーム	こめこパン	じゃがいも	628	829	2.7
		②コーンポタージュ	おおふくまめ きんときまめ		にんじん	たまねぎ とうもろこし	さとう	マーガリン			3.5
		③あまなつゼリー	しろはなまめ とうにゅう			あまなつ	こむぎこ		26.4	33.7	
21木	むぎごはん	ぎゅうにくといとこんにやくのあまからに	ぎゅうにく	ぎゅうにゅう		ごぼう	★こめ むぎ		643	756	2.0
		じゃがいもとなまあげのみそじる	なまあげ みそ	わかめ	にんじん	たまねぎ えのきたけ	こんにやく さとう	ごま			2.3
		かわちばんかん				かわちばんかん	じゃがいも		24.1	28.7	
22金	①キムチチャーハン	やきぶた	ぎゅうにゅう	にんじん	はくさいキムチ えだまめ		★こめ むぎ	ごまあぶら	568	676	2.4
		やさいのチヂミ	とうふ おから		にんじん いら	たまねぎ にんにく	じゃがいも	こめこ			2.7
		②ワンタンスープ	とりにく		にんじん チンゲンサイ	もやし しいたけ	でんぷん	さとう			2.7
							こめこワンタン	ごま	23.5	28.0	
25月	むぎごはん	いわしのみぞれに	いわし	ぎゅうにゅう		だいこん	★こめ むぎ		706	807	1.9
		やさいのいそに	とりにく なまあげ	ひじき	にんじん	ごぼう えだまめ	さとう でんぷん	こんにやく さとう			2.1
		うめがつおあえ	かつおぶし			キャベツ きゅうり うめ	さとう		31.1	35.4	
26火	むぎごはん	トンひじき	ぶたにく みそ	ぎゅうにゅう	にんじん	ねぎ	★こめ むぎ		631	744	2.1
		けんちょう	とりにく とうふ	わかめ	にんじん	だいこん	さとう	ごま			2.6
			あぶらあげ さつまあげ				こんにやく	さとう	27.7	33.4	
27水	はちみつパン	①ミートボールのトマトに	ミートボール	ぎゅうにゅう	にんじん トマト	たまねぎ エリンギ	こめこパン	はちみつ	634	783	2.8
		れんこんごまネーズ	とりにく		さやいんげん	れんこん とうもろこし	さとう	あぶら			3.6
							さとう	ごま	25.8	31.4	
28木	むぎごはん	おやこどんぶりのぐ	とりにく たまご ちくわ	ぎゅうにゅう	にんじん	ねぎ	★こめ むぎ		608	714	1.9
		こまつなとたくあんのごまいため			にんじん	こまつな	さとう	ごま			2.5
								あぶら	26.3	31.7	
29金	むぎごはん	あじあじれんこん	あじ	ぎゅうにゅう		れんこん	★こめ むぎ		667	792	1.4
		とりごぼうじる	とりにく とうふ		にんじん	ねぎ	でんぷん	さとう			1.7
							こんにやく	あぶら	28.5	34.1	

※スプーンを使って食べる献立に①と表示しています。材料の都合により、献立を変更することがあります。

～学校給食では地産地消をすすめています～

材料の太字は山口県産、★は柳井市産です。

- ・麦ごはんの米は柳井市産の「ヒノヒカリ」、麦は山口県産の押麦を使用します。
- ・山口県産とうふの大豆は「サチユタカ」を使用します。
- ・米粉パンの小麦粉は、「せときらら」という小麦から作られます。



※山口県産の米、押麦、大豆、パン、うどんなどは、JAグループや山口県から補助をいただいています。

食塩相当量 小1.9g 中2.4g