

日・曜	1日(金)		7日(木)		8日(金)		11日(月)		12日(火)		13日(水)		14日(木)		15日(金)		18日(月)	
献立名	牛乳 白飯 きゃべつのみそ汁 厚揚げの炒め煮		牛乳 白飯 平めんビーフンスープ 豚キムチ		牛乳 ひじきごはん じゃがいものみそ汁 ゆばと野菜のおかか煮		牛乳 白飯 マーボー豆腐 バンサンスー		牛乳 コーンライス 野菜スープ チリコンカン		牛乳 白飯 そぼろ煮 きゃべつのあえもの		牛乳 白飯 五目汁 かつおの新玉ソース		牛乳 豆ごはん 豚汁 かんぴょうの炒め煮		牛乳 白飯 わかめスープ じゃがいもの中華炒め みかんかん	
材料名および使用量 (g)	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本
	精白米	75	精白米	75	精白米	70	精白米	75	精白米	70	精白米	75	精白米	75	精白米	65	精白米	75
	水	113	水	113	水	2	水	113	水	113	水	113	水	113	水	113	水	113
	豆腐(冷)	25	平めんビーフン	10	鶏肉(若5)	15	合挽肉(4.8)	30	塩	0.8	豚挽肉	30	鶏肉(若5)	15	グリーンピース	10	わかめ(乾)	0.3
	きゃべつ	20	鶏肉(若5)	20	にんじん	5	豆腐(冷)	100	塩	105	じゃがいも	80	豆腐(冷)	20	清酒	5	えび(80~120・冷)	20
	油あげ(冷)	5	たまねぎ	15	干し椎茸(スライス)	0.5	たまねぎ	30	鶏肉(若5)	20	たまねぎ	60	たまねぎ	15	塩	0.8	清酒	1
	わかめ(乾)	0.3	にんじん	10	米油	1	にんじん	15	マカロニ(ABC)	7	にんじん	25	ホールコーン(冷)	10	水	105	にんじん	15
	にんじん	15	ちんげん菜	10	しょうゆ(淡)	7	たけのこ(水煮)	10	たまねぎ	40	米油	1	にんじん	10	豚肉(細切)	20	緑豆もやし	15
	葉ねぎ	3	干し椎茸(スライス)	0.5	清酒	5	葉ねぎ	3	にんじん	15	しょうゆ(濃)	6	葉ねぎ	3	ごぼう(ささがき)	5	しょうゆ(淡)	4
	みそ(赤)	10	しょうが	0.3	さとう(三温)	1	しょうが	1	じゃがいも	15	さとう(三温)	3.5	干し椎茸(スライス)	0.5	緑豆もやし	15	清酒	1
	けずりぶし(だし用)	2	米油	1	水	105	にんにく	0.3	パセリ(乾)	0.03	みりん	1	しょうゆ(淡)	4	にんじん	15	塩	0.2
	水	130	しょうゆ(淡)	4	じゃがいも	25	ごま油	1	しょうゆ(淡)	2	水	20	清酒	1	つきこんにゃく	10	こしょう(白)	0.02
	厚揚げ(ミニ・冷)	30	清酒	1	豆腐(冷)	25	豆板醤	0.2	ぶどう酒(白)	1	きゃべつ	30	塩	0.2	みそ(赤)	9	ガーリック	0.02
	豚肉(細切)	15	塩	0.4	油あげ(冷)	5	みそ(赤)	10	塩	0.6	にんじん	5	けずりぶし(だし用)	2	葉ねぎ	3	煮干し(だし用)	1
	しょうが	0.3	こしょう(白)	0.02	にんじん	15	さとう(三温)	1	こしょう(白)	0.02	花かつお	0.5	水	120	みそ(赤)	9	こんぶ(だし用)	0.5
	しょうゆ(濃)	1	ガーリック	0.02	葉ねぎ	3	清酒	1	ガーリック	0.02	しょうゆ(淡)	2	かつお(一口・冷)	50	けずりぶし(だし用)	1	水	120
	清酒	0.5	煮干し(だし用)	1	みそ(赤)	9	しょうゆ(濃)	0.5	鶏手羽先(だし用)	10	酢	0.5	しょうが	1	煮干し(だし用)	0.5	じゃがいも	35
	たけのこ(水煮)	3	こんぶ(だし用)	0.5	けずりぶし(だし用)	2	でんぶん	1	にんじん(だし用)	0.5	さとう(三温)	0.2	しょうゆ(濃)	2	水	120	豚肉(細切)	10
	葉ねぎ	1	水	130	水	120	水	5	たまねぎ(だし用)	0.5	たまねぎ(だし用)	0.5	でんぶん	6	かんぴょう(乾)	3.5	にんじん	5
	干し椎茸(スライス)	0.3	はくさいキムチ	5	ゆば(乾)	2	はるさめ	5	ペーリーフ	0.03	水	120	てんぷら油	3	牛肉(細切)	8	しょうが	0.3
米油	0.5	豚肉(細切)	20	きゃべつ	35	ハム(短冊)	10	水	120	しいんげん(ゆで)	10	たまねぎ	30	にんじん	10	にんにく	0.1	
しょうゆ(濃)	1.6	緑豆もやし	15	にんじん	5	きゃべつ	20	豚挽肉	20	豚挽肉	20	たまねぎ	20	葉ねぎ	1	すりごま	0.3	
さとう(三温)	1.2	にんじん	5	しょうゆ(淡)	1.8	にんじん	5	たまねぎ	20	にんにく	0.1	しょうゆ(淡)	2	干し椎茸(スライス)	0.5	ごま油	0.5	
清酒	0.5	ごま油	0.5	みりん	0.5	しょうゆ(淡)	2.5	しょうゆ(淡)	2.5	米油	0.5	さとう(三温)	2	しょうが	0.3	しょうゆ(濃)	2	
水	10	しょうゆ(濃)	1	花かつお	0.5	酢	0.8	にんにく	0.1	トマト(水煮)	10	清酒	1	米油	0.5	さとう(三温)	0.8	
		清酒	0.5			ごま油	0.3	ごま油	0.3	ソース(ウスター)	1			しょうゆ(濃)	2	みかん果汁	25	
		塩	0.1			さとう(三温)	0.2	辛子	0.03	塩	0.2			さとう(三温)	1	寒天(フレーク)	0.6	
		こしょう(白)	0.01							カイエンペッパー	0.01			水	10	さとう(上白)	5	
										こしょう(白)	0.01					水	25	
										でんぶん	0.5							
エネルギー/たんぱく質	エネルギー/たんぱく質		エネルギー/たんぱく質		エネルギー/たんぱく質		エネルギー/たんぱく質		エネルギー/たんぱく質		エネルギー/たんぱく質		エネルギー/たんぱく質		エネルギー/たんぱく質		エネルギー/たんぱく質	
4年	546kcal 20.6g		542kcal 21.1g		531kcal 20.1g		632kcal 25.4g		554kcal 22.4g		595kcal 21.1g		588kcal 29.3g		529kcal 20.0g		525kcal 18.8g	

川西市のホームページでは、給食関連情報を掲載しています。
(例：主な食材の配合内容表やレシピ集など)

～目には青葉 山ほととぎす 初がつお～



山口素堂の有名な俳句にも詠まれているように、かつおが旬をむかえています。
かつおには年に2回旬の時期があり、初夏のものは初がつお、秋には戻りがつおと呼ばれます。
初夏の初がつおは、あっさりとした味わいが特徴です。5月14日は、揚げたかつおに、新玉ねぎを使ったソースをからめた「**かつおの新玉ソース**」です。食材から季節を感じてくださいね。
かつおは加熱すると身がかたくなる魚です。よくかんで食べて下さいね!!

令和8年度(5月19日～29日)

5月 学校給食献立表

川西養護学校

※食材の入荷状況により、献立内容を変更することがあります。

日・曜	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)										
献立名	牛乳 白飯 たまねぎのみそ汁 さばの煮つけ もやしのあえもの	牛乳 白飯 肉と野菜のうま煮 きやべつの煮びたし	牛乳 白飯 ビーフシチュー にんじんサラダ	牛乳 白飯 豚汁 高野豆腐の含め煮	牛乳 白飯 じゃがいものみそ汁 ひじきの炒め煮 りんごかん	牛乳 白飯 フォーガー えびのケチャップかけ	牛乳 白飯 五日スープ 鶏肉の煮物 きゅうりのあえもの	牛乳 牛丼 白飯 牛丼の具 かきたま汁 きやべつのあえもの										
材料名および使用量(g)	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本
	精白米	75	精白米	75	精白米	75	精白米	75	精白米	75	精白米	75	精白米	75	精白米	75	精白米	75
	水	113	水	113	水	113	水	113	水	113	水	113	水	113	水	113	水	113
	豆腐(冷)	20	豚肉(細切)	20	牛肉(細切)	30	豚肉(細切)	10	じゃがいも	25	平めんビーフン	10	豚肉(細切)	15	牛肉(細切)	25		
	たまねぎ	20	ちくわ	10	じゃがいも	50	じゃがいも	20	豆腐(冷)	25	鶏肉(若5)	15	豆腐(冷)	20	たまねぎ	45		
	油あげ(冷)	5	じゃがいも	70	たまねぎ	40	緑豆もやし	15	油あげ(冷)	5	緑豆もやし	15	たまねぎ	20	糸こんにゃく	10		
	にんじん	15	たまねぎ	50	にんじん	20	にんじん	15	にんじん	15	たまねぎ	10	ホールコーン(冷)	10	米油	0.5		
	葉ねぎ	3	にんじん	20	にんにく	0.5	つきこんにゃく	10	葉ねぎ	3	にんじん	5	にんじん	10	しょうゆ(濃)	3		
	麦みそ	10	米油	1	米油	1	ごぼう(ささがき)	5	みそ(赤)	9	レモン果汁	0.3	葉ねぎ	3	さとう(三温)	1.5		
	けずりぶし(だし用)	2	しょうゆ(濃)	4.5	小麦粉	6	葉ねぎ	3	けずりぶし(だし用)	2	しょうゆ(淡)	3	干し椎茸(スライス)	0.5	みりん	0.5		
	水	130	さとう(三温)	3	バター(調)	6	みそ(赤)	9	水	120	塩	0.5	しょうゆ(淡)	4	*鶏卵	25		
	さば(50・冷)	1枚	みりん	1	ケチャップ	8	煮干し(だし用)	1	ひじき	2	こしょう(白)	0.02	清酒	1	豆腐(冷)	25		
	しょうが	1	けずりぶし(だし用)	1	ソース(ウスター)	6	けずりぶし(だし用)	1	鶏肉(若5)	10	カイエンペッパー	0.005	塩	0.2	にんじん	15		
	しょうゆ(濃)	3	水	20	ぶどう酒(赤)	1	水	120	大豆(乾)	5	煮干し(だし用)	1	こしょう(白)	0.02	葉ねぎ	3		
	さとう(三温)	2.5	きやべつ	30	塩	0.3	高野豆腐(1/156)	5	にんじん	5	こんぶ(だし用)	0.5	ガーリック	0.02	しょうゆ(淡)	5		
	みりん	0.5	油あげ(冷)	5	こしょう(白)	0.02	鶏肉(若5)	10	米油	0.5	水	130	ごま油	0.3	清酒	1		
	こんぶ(だし用)	0.5	にんじん	5	パプリカパウダー	0.02	たまねぎ	15	しょうゆ(濃)	2.5	えび(51～60・冷)	50	煮干し(だし用)	1	塩	0.2		
	水	20	しょうゆ(淡)	1.5	水	75	にんじん	5	さとう(三温)	0.5	みりん	8	こんぶ(だし用)	0.5	けずりぶし(だし用)	3		
	緑豆もやし	50	みりん	0.5	にんじん	25	まぐろ油漬(フレーク)	10	みりん	0.5	たんぱく質	8	水	120	水	1		
	しょうゆ(淡)	2	けずりぶし(だし用)	1	まぐろ油漬(フレーク)	10	しょうゆ(濃)	2	しょうゆ(濃)	2	りんご果汁	25	たまねぎ	10	鶏肉(若5)	50		
酢	0.5	水	5	たまねぎ	5	さとう(三温)	1.2	さとう(三温)	1.2	寒天(フレーク)	0.6	ケチャップ	3	しょうが	0.4			
さとう(三温)	0.2			しょうゆ(淡)	1	みりん	0.5	みりん	0.5	さとう(上白)	5	みりん	1	しょうゆ(濃)	1.7			
辛子	0.03			酢	0.5	でんぷん	0.5	でんぷん	0.5	水	25	さとう(三温)	1	酢	1.7			
				さとう(三温)	0.1	水	15	水	15			しょうゆ(濃)	1	さとう(三温)	1.2			
				塩	0.05							清酒	1	みりん	0.4			
				辛子	0.03									でんぷん	0.5			
				こしょう(白)	0.01									きゅうり	30			
														しょうゆ(淡)	1.2			
														酢	0.5			
														さとう(三温)	0.1			

※栄養三色(□○△)

<食品を栄養素の働きにより、三つに分類しています>

□・・・黄色の食品(熱や力のもとになる食品 炭水化物・脂質)

○・・・赤色の食品(血や肉のもとになる食品 たんぱく質・カルシウム)

△・・・緑色の食品(体の調子をととのえる食品 ビタミン・ミネラル)

※「*」は、除去食対応日の除去対象食品(鶏卵・うずら卵・マヨネーズ)につけています。

※「塩」の使用について: 献立の材料名欄に記載されていなくても、「ゆで塩」など、味をととのえること等を目的に使用することがあります。

※「でんぷん」の使用について: 献立の材料名欄に記載されていなくても、とろみをつけて食べやすくすることを目的に使用することがあります。

	エネルギー/たんぱく質	エネルギー/たんぱく質	エネルギー/たんぱく質	エネルギー/たんぱく質	エネルギー/たんぱく質	エネルギー/たんぱく質	エネルギー/たんぱく質	エネルギー/たんぱく質
4年	610kcal 25.7g	583kcal 20.2g	678kcal 21.4g	530kcal 20.2g	562kcal 18.9g	630kcal 25.1g	552kcal 26.1g	581kcal 21.9g

季節の食材をいただきます

5月は、新緑の季節らしい緑色の野菜がたくさんあります。給食では、5月15日にグリンピースを使った「豆ごはん」を炊きます。



アスパラガス さやいんげん グリンピース 新たまねぎ 新きゃべつ