令和8年度(5月1日～18日)

5 月　小学校給食献立表

川西市教育委員会

※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	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 すまし汁 かつおの新玉ソース かしわもち	牛乳 白飯 わかめスープ 豚キムチ 切干大根の炒めナムル	牛乳 ひじきごはん じゃがいものみそ汁 和風ハンバーグ	牛乳 白飯 かやくうどん うの花のいり煮 きゃべつのあえもの	牛乳 食パン ポテトスープ チリコンカン カットフルーツ	牛乳 白飯 肉と野菜のうま煮 きゅうりのあえもの	牛乳 白飯 スーミータン 酢豚	牛乳 豆ごはん みそ汁 がんもどきの含め煮 きゃべつのそぼろ煮	牛乳 ガーリックライス 米粉マカロニの野菜スープ 豚肉のマリネ
材料名および使用量（g）	牛乳 1本 ○ 精白米 75 □ 水 101 ふ 1.5 □ わかめ(乾) 0.5 ○ にんじん 15 △ みつば 3 △ 干し椎茸(ｽﾗｲｽ) 0.5 △ しょうゆ(淡) 4 清酒 1 塩 0.2 けずりぶし(だし用) 2 こんぶ(だし用) 0.5 水 130 かつお(一ロ・冷) 50 ○ しょうが 1 △ しょうゆ(濃) 2 でんぷん 6 □ てんぷら油 3 □ たまねぎ 30 △ 酢 2 しょうゆ(淡) 2 さとう(三温) 2 □ 清酒 1 かしわもち(冷) 1こ □ 端午の節句の行事食	牛乳 1本 ○ 精白米 75 □ 水 101 わかめ(乾) 0.6 ○ 鶏肉(若5) 20 ○ にんじん 15 △ たまねぎ 15 △ しょうゆ(淡) 4 清酒 1 塩 0.2 こしょう(白) 0.02 ガーリック 0.02 煮干し(だし用) 1 こんぶ(だし用) 0.5 水 120 はくさいキムチ 5 △ 豚肉(スライス) 20 ○ 緑豆もやし 15 △ にんじん 5 △ にら 5 △ ごま油 0.5 □ しょうゆ(濃) 1 清酒 0.5 塩 0.1 こしょう(白) 0.01 切干大根 4 △ にんじん 5 △ にんにく 0.1 △ ごま油 0.5 □ しょうゆ(淡) 1.6 酢 0.8	牛乳 1本 ○ 精白米 65 □ 発芽玄米 5 □ ひじき 2 ○ 鶏肉(若5) 10 ○ にんじん 5 △ 干し椎茸(ｽﾗｲｽ) 0.3 △ サラダ油 1 □ しょうゆ(淡) 7 清酒 5 さとう(三温) 1 □ 水 83 じゃがいも 20 □ 豆腐(冷) 20 ○ 油あげ(冷) 5 ○ わかめ(乾) 0.5 ○ にんじん 15 △ 葉ねぎ 3 △ みそ(赤) 9 ○ けずりぶし(だし用) 2 水 120 豆腐ハンバーグ(冷) 1こ ○ たまねぎ 25 △ しめじ 5 △ みつば 3 △ サラダ油 1 □ しょうゆ(濃) 2 清酒 1 さとう(三温) 0.5 □ でんぷん 0.5 □ 水 20	牛乳 1本 ○ 精白米 70 □ 水 95 油あげ(冷) 8 ○ 干し椎茸(ｽﾗｲｽ) 0.5 △ さとう(三温) 1.5 □ しょうゆ(濃) 1.5 水 10 うどん(冷) 60 □ わかめ(乾) 0.5 ○ にんじん 15 △ 葉ねぎ 3 △ しょうゆ(淡) 5 清酒 1 けずりぶし(だし用) 3 こんぶ(だし用) 0.5 水 130 おから(冷) 15 ○ 鶏肉(若5) 5 ○ 油あげ(冷) 2 ○ つきこんにゃく 3 △ ごぼう(ささがき) 3 △ にんじん 3 △ 葉ねぎ 2 △ 干し椎茸(ｽﾗｲｽ) 0.2 △ サラダ油 0.5 □ さとう(三温) 2 □ しょうゆ(濃) 1 しょうゆ(淡) 1 けずりぶし(だし用) 1 水 15 きゃべつ 35 △ いりごま 0.5 □ しょうゆ(淡) 2 酢 0.5 さとう(三温) 0.2 □	牛乳 1本 ○ 食パン 1袋 □ (60/80/100) じゃがいも 45 □ ベーコン 5 ○ ホールコーン(冷) 20 △ にんじん 15 △ たまねぎ 10 △ パセリ(乾) 0.03 △ 牛乳(調) 40 ○ ぶどう酒(白) 1 塩 0.8 こしょう(白) 0.02 ガーリック 0.02 鶏手羽先(だし用) 15 にんじん(だし用) 0.5 たまねぎ(だし用) 0.5 ベーリーフ 0.03 水 70 白いんげん(ゆで) 10 ○ 豚挽肉 20 ○ たまねぎ 25 △ にんにく 0.1 △ サラダ油 0.5 □ トマト(水煮) 10 △ ソース(ｳｽﾀｰ) 1 塩 0.2 カイエンペッパー 0.01 こしょう(白) 0.01 でんぷん 0.5 □ あまなつ 1袋 △	牛乳 1本 ○ 精白米 75 □ 水 101 豚肉(短冊・小) 20 ○ ちくわ 10 ○ じゃがいも 70 □ たまねぎ 50 △ にんじん 20 △ グリンピース 3 △ サラダ油 1 □ しょうゆ(濃) 4.5 さとう(三温) 3 □ みりん 1 けずりぶし(だし用) 1 水 20 きゅうり 35 △ しょうゆ(淡) 1.2 酢 0.5 さとう(三温) 0.1 □	牛乳 1本 ○ 精白米 75 □ 水 101 ＊ 鶏卵 15 ○ はるさめ 3 □ たまねぎ 20 △ ｸﾘｰﾑｺｰﾝ(冷) 20 △ サラダ油 0.5 □ XO醤(ｴｯｸｽｵｰｼﾞｬﾝ) 0.2 清酒 1 塩 0.7 しょうゆ(淡) 0.5 こしょう(白) 0.02 ガーリック 0.02 ごま油 0.3 □ 鶏手羽先(だし用) 15 葉ねぎ(だし用) 1 にんじん(だし用) 0.5 しょうが(だし用) 0.3 △ にんにく(だし用) 0.2 でんぷん 0.5 □ 水 130 豚肉(角) 30 ○ しょうゆ(濃) 1.5 しょうが 0.5 △ みりん 0.5 でんぷん 6 □ てんぷら油 5 □ たまねぎ 25 △ にんじん 10 △ たけのこ(水煮) 5 △ さやいんげん 5 △ しょうゆ(濃) 1.2 さとう(三温) 1.2 □ 酢 1.2 ケチャップ 1.2 水 5	牛乳 1本 ○ 精白米 50 □ もち米 20 □ グリンピース 10 △ 清酒 5 塩 0.8 水 83 豆腐(冷) 20 ○ 油あげ(冷) 5 ○ わかめ(乾) 0.5 ○ にんじん 15 △ 葉ねぎ 3 △ みそ(赤) 10 ○ けずりぶし(だし用) 2 水 130 がんもどき(30・冷) 1こ ○ さとう(三温) 2 □ しょうゆ(濃) 2.4 みりん 0.4 水 20 きゃべつ 30 △ 鶏挽肉(粗) 10 ○ にんじん 5 △ しょうが 0.1 △ サラダ油 0.5 □ 清酒 1 さとう(三温) 0.5 □ しょうゆ(濃) 0.5 塩 0.3 でんぷん 0.5 □	牛乳 1本 ○ 精白米 70 □ にんにく 1.3 △ たまねぎ 15 △ 清酒 2.5 塩 0.7 こしょう(白) 0.04 水 92 鶏肉(若5) 20 ○ 米粉マカロニ(星) 7 □ たまねぎ 40 △ にんじん 15 △ じゃがいも 15 □ パセリ(乾) 0.03 △ しょうゆ(淡) 2 ぶどう酒(白) 1 塩 0.6 こしょう(白) 0.02 ガーリック 0.02 鶏手羽先(だし用) 10 にんじん(だし用) 0.5 たまねぎ(だし用) 0.5 ベーリーフ 0.03 水 120 豚肉(スライス) 30 ○ しょうが 0.6 △ 清酒 0.6 たまねぎ 15 △ にんじん 5 △ サラダ油 0.5 □ しょうゆ(濃) 2 酢 2 さとう(三温) 1 □
	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	612kcal　27.0g	517kcal　21.0g	622kcal　24.5g	548kcal　17.7g	547kcal　23.9g	569kcal　19.6g	620kcal　20.8g	575kcal　22.1g	556kcal　22.9g

川西市のﾎｰﾑﾍﾟｰｼﾞでは、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）

5月5日 端午の節句

かしわもちは、上新粉を練って作ったもちの中にあんこを入れて、柏の葉で包んで蒸した和菓子です。柏の葉は、新しい芽が出るまで古い葉が落ちないので、「後継ぎがいなくならない」という子孫繁栄を願った縁起のよい食べ物として端午の節句に食べる風習があります。柏の葉には抗菌成分があり、冷蔵庫がなかった昔は食品を保護する天然の包装材として重宝されました。

初夏のかつおは、初がつおとよばれ、あっさりとした味わいが特徴です。かつおの新玉ソースは、揚げたかつおに新たまねぎを使ったソースをからめて作ります。食材から季節を感じてほしいです。

令和8年度(5月19日～29日)

5 月　小学校給食献立表

川西市教育委員会

※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)	25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)
献立名	牛乳 白飯 もずく汁 さけのからあげ たまねぎと厚揚げのトロトロ煮	牛乳 あぶたま丼 白飯 あぶたま丼の具 そうめん汁 もやしのあえもの	牛乳 白飯 豚汁 ごぼう天の甘辛煮 さやいんげんのごまあえ	牛乳 白飯 沢煮椀 高野豆腐の含め煮 ちりめんの甘辛煮	牛乳 白飯 平めんビーフンスープ じゃがいもの中華炒め 中華きゅうり	牛乳 白飯 すまし汁 いわしのフライ きゃべつサラダ	牛乳 白飯 たまねぎのみそ汁 豚肉とちんげん菜の炒め煮 りんごかん	牛乳 白飯 五目スープ 鶏手羽元の煮物 アスパラガスサラダ	牛乳 牛丼 白飯 牛丼の具 かきたま汁 ちんげん菜の煮びたし
材料名および使用量（ｇ）	牛乳 1本 ○ 精白米 75 □ 水 101 もずく(冷) 10 ○ 豆腐(冷) 20 ○ にんじん 15 △ 葉ねぎ 3 △ 干し椎茸(ｽﾗｲｽ) 0.5 △ 麦みそ 9 ○ けずりぶし(だし用) 2 水 120 さけ(角・冷) 40 ○ 塩 0.5 こしょう 0.05 上新粉 8 □ てんぷら油 8 □ たまねぎ 20 △ 厚揚げ(ミニ・冷) 15 ○ しめじ 10 △ しょうゆ(淡) 2.7 みりん 2.2 けずりぶし(だし用) 1 でんぷん 0.6 □ 水 5	牛乳 1本 ○ 精白米 80 □ 水 108 ＊ 鶏卵 20 ○ 油あげ(冷) 5 ○ かまぼこ 5 ○ たまねぎ 20 △ 葉ねぎ 3 △ しょうゆ(淡) 2.5 さとう(三温) 1.5 □ みりん 0.5 花かつお 0.3 ○ 水 5 そうめん 10 □ えび(80～120・冷) 15 ○ 清酒 1 油あげ(冷) 5 ○ にんじん 15 △ たまねぎ 10 △ 葉ねぎ 3 △ しょうゆ(淡) 4 清酒 1 けずりぶし(だし用) 2 こんぶ(だし用) 0.5 水 130 緑豆もやし 50 △ しょうゆ(淡) 2 酢 0.5 さとう(三温) 0.2 □ 辛子 0.03	牛乳 1本 ○ 精白米 75 □ 水 101 豚肉(スライス) 20 ○ じゃがいも 20 □ 緑豆もやし 15 △ にんじん 15 △ つきこんにゃく 10 △ ごぼう(ささがき) 5 △ 葉ねぎ 3 △ みそ(赤) 9 ○ けずりぶし(だし用) 1 煮干し(だし用) 0.5 水 120 ごぼう天(30) 1本 ○ さとう(三温) 1 □ しょうゆ(濃) 1 みりん 0.5 水 15 さやいんげん 10 △ きゃべつ 20 △ すりごま 0.8 □ しょうゆ(淡) 1.2 酢 0.8 さとう(三温) 0.2 □	牛乳 1本 ○ 精白米 75 □ 水 101 豚肉(細切) 20 ○ ゆば(乾) 2 ○ にんじん 15 △ たけのこ(水煮) 10 △ えのきだけ 10 △ みつば 3 △ しょうゆ(淡) 4 清酒 1 塩 0.2 けずりぶし(だし用) 1 こんぶ(だし用) 0.5 水 120 高野豆腐(1/20) 5 ○ 鶏肉(若5) 10 ○ たまねぎ 15 △ にんじん 5 △ サラダ油 0.5 □ しょうゆ(濃) 2 さとう(三温) 1.2 □ みりん 0.5 水 15 しらす干し 7 ○ しょうが 0.1 △ いりごま 0.3 □ しょうゆ(濃) 0.7 さとう(三温) 0.7 □ みりん 0.7 さんしょう 0.01	牛乳 1本 ○ 精白米 75 □ 水 101 平めんビーフン 10 □ 鶏肉(若5) 20 ○ たまねぎ 20 △ にんじん 15 △ ちんげん菜 15 △ 干し椎茸(ｽﾗｲｽ) 0.5 △ しょうが 0.3 △ サラダ油 1 □ しょうゆ(淡) 4 清酒 1 塩 0.4 こしょう(白) 0.02 ガーリック 0.02 煮干し(だし用) 1 こんぶ(だし用) 0.5 水 130 じゃがいも 35 □ 豚肉(細切) 10 ○ にんじん 5 △ しょうが 0.3 △ にんにく 0.1 △ いりごま 0.5 □ ごま油 0.5 □ しょうゆ(濃) 2 さとう(三温) 0.8 □ 清酒 0.5 きゅうり 30 △ ごま油 0.5 □ 豆板醤 0.05 しょうゆ(濃) 1.5 酢 1.5 さとう(三温) 0.8 □	牛乳 1本 ○ 精白米 75 □ 水 101 豆腐(冷) 20 ○ わかめ(乾) 0.5 ○ にんじん 15 △ えのきだけ 10 △ みつば 3 △ しょうゆ(淡) 4 清酒 1 塩 0.2 けずりぶし(だし用) 2 こんぶ(だし用) 0.5 水 130 いわし(開・40・冷) 1枚 ○ 塩 0.3 こしょう(白) 0.04 ガーリック 0.02 さんしょう 0.02 小麦粉 5 □ ＊ 鶏卵 3 ○ 水 3 パン粉 10 □ てんぷら油 6 □ きゃべつ 30 △ 酢 0.5 米油 0.5 □ 塩 0.15 こしょう(白) 0.01	牛乳 1本 ○ 精白米 75 □ 水 101 たまねぎ 25 △ 油あげ(冷) 5 ○ わかめ(乾) 0.5 ○ にんじん 15 △ 葉ねぎ 3 △ 麦みそ 10 ○ けずりぶし(だし用) 2 水 130 豚肉(スライス) 10 ○ ちんげん菜 30 △ にんじん 5 △ たけのこ(水煮) 5 △ しょうが 0.3 △ にんにく 0.2 △ ごま油 0.5 □ しょうゆ(濃) 1.5 清酒 0.5 さとう(三温) 0.5 □ りんご果汁 25 △ 寒天(フレーク) 0.6 ○ さとう(上白) 5 □ 水 25	牛乳 1本 ○ 精白米 75 □ 水 101 豚肉(スライス) 15 ○ 豆腐(冷) 20 ○ たまねぎ 20 △ ホールコーン(冷) 10 △ にんじん 10 △ 葉ねぎ 3 △ 干し椎茸(ｽﾗｲｽ) 0.5 △ しょうゆ(淡) 4 清酒 1 塩 0.2 こしょう(白) 0.02 ガーリック 0.02 ごま油 0.3 □ 煮干し(だし用) 1 こんぶ(だし用) 0.5 水 120 鶏肉(手羽元) 1本 ○ にんにく 0.4 △ しょうが 0.4 △ 酢 4 しょうゆ(濃) 4 さとう(三温) 3 □ みりん 1.5 水 10 アスパラガス 20 △ きゃべつ 15 △ ベーコン 3 ○ 米油 0.5 □ 酢 0.5 塩 0.15 こしょう(白) 0.01	牛乳 1本 ○ 精白米 80 □ 水 108 牛肉(スライス) 25 ○ たまねぎ 45 △ 糸こんにゃく 10 △ サラダ油 0.5 □ しょうゆ(濃) 3 さとう(三温) 1.5 □ みりん 0.5 ＊ 鶏卵 25 ○ 豆腐(冷) 25 ○ にんじん 15 △ 葉ねぎ 3 △ しょうゆ(淡) 5 清酒 1 塩 0.2 けずりぶし(だし用) 3 でんぷん 1 □ 水 130 ちんげん菜 30 △ 油あげ(冷) 5 ○ にんじん 5 △ しょうゆ(淡) 1.5 みりん 0.5 けずりぶし(だし用) 1 水 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
4年	638kcal　24.5g	574kcal　22.4g	540kcal　21.3g	542kcal　24.0g	571kcal　20.0g	646kcal　23.4g	518kcal　16.2g	581kcal　22.9g	607kcal　22.7g

食育の日

※ 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。

季節の食材

新緑の季節らしい緑色の野菜をいろいろな料理に取り入れています。

アスパラガス

さやいんげん

グリーンピース

新献立

切干大根の炒めナムル（７日）

ナムルは、韓国・朝鮮の和え物です。より簡単に作れるように炒めて作ります。

ガーリックライス（１８日）

洋風の献立に合うごはん。みじん切りのたまねぎとにんにくを炊き込みます。