



# 5月 こんだてひょう(よてい)

(小学校)

甘楽町学校給食センター  
☎74-5072

2026年

給食回数18回

※節水対策のため、パンの回数が増えています。

ひ に ち	よ う び	こんだてめい			しょくひんめい						エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)	
		しゅしょく	のみもの	おかず	あか		みどり		き			
					おもにからだを つくるもとになる	とりにく かまぼこ ぶたにく	ぎゅうにゅう ひじき	にんじん <b>こまつな</b> <b>みずな</b>	たけのこ しいたけ キャベツ だいこん えのきたけ	きゅうり たまねぎ コーン		おもにエネルギーの もとになる
1	金	たけのこ ごはん		かつおフライ ひじきのピリツとあえ さわにわん ミニたいやき	とりにく かまぼこ ぶたにく	ぎゅうにゅう ひじき	にんじん <b>こまつな</b> <b>みずな</b>	たけのこ しいたけ キャベツ だいこん えのきたけ	きゅうり たまねぎ コーン	こめ さとう たいやき	あぶら	695 30.3
7	木	ツイスト パン		オムレツケチャップソースかけ グリーンサラダ クリームシチュー♥ おちやめなだいず	オムレツ とりにく だいたいず ベーコン	ぎゅうにゅう だっしふん にゅう	チンゲンサイ にんじん	キャベツ えだまめ たまねぎ コーン	きゅうり たまねぎ	パン さとう じゃがいも こむぎこ	ドレッシング バター あぶら	610 26.1
8	金	むぎごはん		チキンカレー かいそうサラダ ヨーグルト	とりにく	ぎゅうにゅう だっしふん にゅう わか め ヨーグルト	にんじん	たまねぎ りんご キャベツ きゅうり	きゅうり	こめ むぎ じゃがいも	あぶら ドレッシング	645 26.3
11	月	まるパン		かぼちゃひきにくフライ マカロニサラダ イタリアンスープ	ツナ たまご	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん	キャベツ たまねぎ	きゅうり	パン マカロニ じゃがいも パンこ	あぶら ドレッシング	613 21.8
12	火	ごはん		さばのみそに くきわかめのきんぴら わかたけじる	さば ぶたにく さつまあげ とりにく とうふ	ぎゅうにゅう くきわかめ わかめ	にんじん	ごぼう こんにやく たけのこ ねぎ たまねぎ	きゅうり	こめ さとう	あぶら ごま ごまあぶら	584 27.8
13	水	ソフトフランス (いちごジャム)		コールスローサラダ チリコンカン くだもの(みしょうかん)	だいたいず ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん トマト	キャベツ たまねぎ みしょうかん	きゅうり	パン さとう じゃがいも ジャム	あぶら ドレッシング	593 25.2
14	木	バックうどん		だいたいずポテト こまつなのごまあえ さんさいうどんじる	だいたいず とりにく あぶらあげ	ぎゅうにゅう あおのり	<b>こまつな</b> にんじん	もやし ぶなしめじ えのきたけ ねぎ しいたけ	きゅうり	うどん さとう じゃがいも かたくりこ	あぶら ごま	604 25.5
甘楽中 リクエスト献立												
15	金	ももたろう ごはん		ハンバーグデミグラスソースかけ シーザーサラダ(クルトン) かきたまじる	とりにく ツナ ハンバーグ お刺身 たまご	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん <b>にら</b>	しいたけ キャベツ きゅうり	きゅうり	こめ <b>もちこめ</b> さび クルトン さとう かたくりこ じゃがいも	あぶら ドレッシング	704 32.1
18	月	くろパン		あじフライ ごぼうサラダ ワントンスープ	あじフライ ぶたにく なると	ぎゅうにゅう	にんじん <b>にら</b>	ごぼう だいこん <b>きゅうり たまねぎ</b> もやし しいたけ	きゅうり	パン さとう ワントンのかわ	あぶら ごま ドレッシング ごまあぶら	685 29.5
19	火	わかめ ごはん		とりにくのてりやき ごもくまめ しんたまねぎとあつあげのみそじる	とりにく だいたいず ぶたにく なまあげ さつまあげ	わかめ ぎゅうにゅう	にんじん	こんにやく たけのこ <b>たまねぎ</b> ねぎ	きゅうり	こめ さとう ふ	あぶら	632 32.9
20	水	ロールパン (角チーズ)		ハヤシシチュー いかくんサラダ くだもの(なつみかん)	ぶたにく いかくんせい	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん トマト	<b>たまねぎ</b> マッシュルーム りんご グリンピース キャベツ <b>きゅうり</b> セロリ なつみかん	きゅうり	パン さとう じゃがいも	あぶら	561 27.4
21	木	バンズパン		ツナとじゃこのサラダ ペンネのミートソースに	ツナ ぶたにく	ぎゅうにゅう こざかな チーズ	<b>こまつな</b> にんじん	キャベツ たまねぎ ぶなしめじ	きゅうり	パン マカロニ	ごまあぶら あぶら	700 26.0
22	金	ごはん		さばのスタミナづけ ゆかりあえ とんじる こんにやくゼリー	さば とうふ ぶたにく	ぎゅうにゅう	チンゲンサイ にんじん	もやし キャベツ ねぎ <b>しいたけ</b> <b>だいこん</b> こんにやく	きゅうり	こめ じゃがいも こんにやくゼリー	あぶら	619 25.1
25	月	コッペパン (チョコクリーム)		あげどりのレモンじょうゆあえ ハニーマスタードサラダ はるさめスープ	とりにく ハム	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん	レモン キャベツ <b>きゅうり たまねぎ</b> もやし しいたけ	きゅうり	パン かたくりこ さとう はちみつ でんぶめん	あぶら チョコクリーム	646 29.0
26	火	ごはん		あつやきたまご えだまめときゅうりのあさづけ こがねに	たまご ぶたにく なまあげ	ぎゅうにゅう	にんじん	えだまめ <b>きゅうり</b> キャベツ <b>たまねぎ</b> たけのこ	きゅうり	こめ じゃがいも さとう かたくりこ	あぶら	611 25.4
27	水	せわり コッペパン		ウインナーケチャップソースかけ ジャーマンポテト こめスープ♥ みかんゼリー	ウインナー ベーコン	にゅういんりょう チーズ ぎゅうにゅう	にんじん チンゲンサイ	<b>たまねぎ</b> ぶなしめじ	きゅうり	パン さとう じゃがいも パンこ こめこ マカロニ	バター	628 24.8
28	木	バック ラーメン		ぎょうざ(2こ) フルーツあんじん しょうゆラーメンスープ	なると ぶたにく	ぎゅうにゅう あんじんどうふ	にんじん <b>にら</b>	パインアップル みかん もも <b>たまねぎ</b> もやし	きゅうり	ラーメン	あぶら	639 24.9
29	金	こぎつね ごはん		ししやものからあげ(2こ) しらたきサラダ なめこじる	とりにく とうふ あぶらあげ	ぎゅうにゅう	にんじん	キャベツ <b>きゅうり</b> <b>なめこ</b> ねぎ <b>だいこん</b> しらたき	きゅうり	こめ むぎ さとう	あぶら ドレッシング	609 25.3

\* 材料購入の関係で、献立を変更する場合があります。

♥印は、ハッピーにんじんの日

○甘楽町産の米○  
高橋農園 レンゲの会

○甘楽町産の野菜○

きゅうり:丸山征夫さん だいこん:塚田周司さん なめこ:田村隆文さん  
新たまねぎ:黒澤繁雄さん 小松菜:太田広幸さん

太字の食品は甘楽・富岡で作られた食材です。

今月は、きゅうり・こまつな・しいたけ・にら・

なめこ・米・もち米です。

★有機野菜はたまねぎ(5/18〜)・だいこん・こまつなです。



小学校月平均

エネルギー	633kcal
たんぱく質	26.8g
脂質	22.4g
塩分	2.8g