



令和7年 5月分 中学校給食献立表



池田市教育委員会
池田市立学校給食センター

<お願い>アレルギーをお持ちの方は、使用している食品を必ずご確認ください。＊印は卵を使用したメニュー、献立です。<直送>は業者から学校へ直接配送する食品です。

日・曜日	1(木)			2(金)			7(水)			8(木)			9(金)			12(月)			13(火)			14(水)			15(木)			16(金)			19(月)			20(火)			21(水)					
献立	ごはん 牛乳 マーボー厚揚げ 棒ぎょうざ もやし中華サラダ			菜めし はっ酵乳(ジョア) 若竹汁 かつおフライ ほうれん草のそぼろ炒め かしわ餅			バーカーパン 牛乳 野菜スープ ポテトコロッケ チリコンカン スライスチーズ			ごはん 牛乳 沖縄そば ウインナーソーセージ トーフチャンプルー 黒糖そら豆			ごはん 牛乳 ハ宝菜 鶏つくねのおろしだれ トーフチャンプルー ひじきの中華和え			ごはん 牛乳 豚じゃが いか天ぶらのレモン醤油 小松菜の炒めもの			ごはん 牛乳 かぼちゃのそぼろ煮 にしの煮付け れんこんの青のり炒め ミルク(ココア)			コッペパン 牛乳 オニオンスープ 白身魚フライ ハムとキャベツのサラダ いちごジャム			ごはん はっ酵乳(アシドミルク) ポークカレー 枝豆コーン レモンゼリー			ごはん 牛乳 根菜のみそ汁 米粉のたこ焼き ひじきの五目煮			ごはん 牛乳 グヤーシュ ハンガリー風チキン チャラマーデ			ごはん 牛乳 ぬっぺ あじフライ 浦上そばろ			コッペパン 牛乳 ABCマカロニスープ ハンバーグのデミソース ブロッコリーのマヨサラダ りんごジャム					
材 料	精白米	90		精白米	95		バーカーパン(小麦70g)	1コ		精白米	90		精白米	90		精白米	90		精白米	90		コッペパン(小麦80g)	1コ		精白米	95		精白米	90		精白米	90		精白米	90		コッペパン(小麦80g)	1コ				
	普通牛乳	1本		はっ酵乳(ジョア)	1本		普通牛乳	1本		普通牛乳	1本		普通牛乳	1本		普通牛乳	1本		普通牛乳	1本		普通牛乳	1本		はっ酵乳(アシドミルク)	1本		普通牛乳	1本		普通牛乳	1本		普通牛乳	1本		普通牛乳	1本				
	豚ひき肉	32.5		豚肉	26		鶏肉 細切れ	13		中華めん	39		豚肉	39		豚肉	45.5		鶏ひき肉	32.5		鶏肉 細切れ	26		豚肉	39		豚肉	26		牛肉	26		鶏肉 細切れ	32.5		アルファベットマカロニ	5.2				
	厚揚げ(小)	58.5		じゃがいも	0.39		キャベツ	26		焼き豚	26		白菜	52		じゃがいも	39		厚揚げ	26		玉ねぎ	26		大根	39		じゃがいも	26		玉ねぎ	32.5		厚揚げ(小)	19.5		豚肉	26				
	玉ねぎ	52		乾燥わかめ	0.39		じゃがいも	19.5		さつま揚げ	6.5		玉ねぎ	45.5		カットポテト	39		かぼちゃ	52		ソテードオニオン	26		じゃがいも	19.5		さがきごぼう	19.5		大根	26		玉ねぎ	19.5		キャベツ	26				
	人参	26		白菜	26		玉ねぎ	13		緑豆もやし	13		人参	19.5		玉ねぎ	39		玉ねぎ	19.5		じゃがいも	19.5		里芋	13		カットポテト	19.5		里芋	13		玉ねぎ	13		玉ねぎ	26				
	たけのこ	6.5		たけのこ	13		ソテードオニオン	13		人参	6.5		人参	19.5		系こんにやく	19.5		人参	19.5		人参	13		人参	13		人参	13		人参	13		人参	9.1		じゃがいも	13				
	白ねぎ	6.5		人参	13		人参	13		青ねぎ	3.9		生しいたけ	3.9		人参	6.5		こんにやく	13		ほうれん草	6.5		ほうれん草	6.5		こんにやく	0.2		青ねぎ	3.9		トマト水煮	13		干しいたけ	0.13		人参	6.5	
	冷凍おろししょうが	1.3		えのきたけ	6.5		パセリ(乾)	0.03		冷凍おろししょうが	0.07		淡口しょうゆ	4.55		むきえだまめ	3.9		さやいんげん	6.5		ポークブイヨン	6.5		カレーうどんA	11.7		信州みそ	7.15		信州みそ	7.15		トマトビュレー	6.5		淡口しょうゆ	4.81		パセリ(乾)	0.05	
	冷凍おろしにんにく	0.13		淡口しょうゆ	3.9		ポークブイヨン	6.5		ガラスープ	13		オイスターソース	0.78		濃口しょうゆ	6.5		濃口しょうゆ	6.5		濃口しょうゆ	5.2		カレーうどんB	11.7		赤みそ	6.5		赤みそ	6.5		赤みそ	3.9		ポークブイヨン	6.5				
ハチ味噌	5.85		食塩	0.26		食塩	0.26		淡口しょうゆ	3.9		日本酒	6.5		食塩	0.39		砂糖	2.86		砂糖	2.6		食塩	0.26		ポークブイヨン	6.5		ポークブイヨン	3.25		冷凍おろしにんにく	0.13		片栗粉	0.65		淡口しょうゆ	5.2		
濃口しょうゆ	3.25		削り節	2.6		食塩	0.26		濃口しょうゆ	1.95		濃口しょうゆ	1.95		こしょう	0.05		みりん	1.3		みりん	1.3		こしょう	0.03		濃口しょうゆ	1.3		濃口しょうゆ	1.95		削り節	2.6		食塩	0.39					
砂糖	1.3		だし昆布	0.26		こしょう	0.03		こしょう	0.26		黒砂糖	1.69		片栗粉	2.6		削り節	0.65		削り節	0.65		こしょう	0.03		なたね油	1.3		米粉のたこ焼き(20g)	3コ		砂糖	1.95		だし昆布	0.26		こしょう	0.03		
日本酒	0.65					食塩	0.39		食塩	0.39		こしょう	0.04		なたね油	1.3		なたね油	1.3		なたね油	1.3					濃厚ソース	5.2		米	5.2		食塩	0.85								
トウバンジャン	0.13		かつおフライ(40g)	1コ		ポテトコロッケ(50g)	1コ		揚げ油	4		ウインナーソーセージ(20g)	2コ		鶏つくね	45.5		いか天ぶら(50g)	1コ		にしんの煮付け(40g)	1コ		白身魚フライ(50g)	1コ		揚げ油	4		カットウインナー	13		鶏肉切身(50g)	1コ		ポークブイヨン	6.5		あじフライ(50g)	1コ		
食塩	0.07		揚げ油	4		揚げ油	4		濃厚ソース	5.2		濃厚ソース	5.2		冷たい大根おろし	6.5		揚げ油	4		濃厚ソース	5.2		濃厚ソース	5.2		濃厚ソース	5.2		ホ	1.3		ホ	1.3		揚げ油	4		ハンバーグ(50g)	1コ		
こしょう	0.01		濃厚ソース	5.2		濃厚ソース	5.2		濃厚ソース	5.2		濃厚ソース	5.2		濃厚ソース	5.2		濃厚ソース	5.2		濃厚ソース	5.2		濃厚ソース	5.2		濃厚ソース	5.2		濃厚ソース	5.2		濃厚ソース	5.2		濃厚ソース	5.2		濃厚ソース	5.2		
片栗粉	0.98																																									
なたね油	1.3																																									
材 料	鶏ひき肉	15		鶏ひき肉	15		鶏ひき肉	15		鶏ひき肉	15		鶏ひき肉	15		鶏ひき肉	15		鶏ひき肉	15		鶏ひき肉	15		鶏ひき肉	15		鶏ひき肉	15		鶏ひき肉	15		鶏ひき肉	15		鶏ひき肉	15		鶏ひき肉	15	
	ほうれん草	15		ほうれん草	15		ほうれん草	15		ほうれん草	15		ほうれん草	15		ほうれん草	15		ほうれん草	15		ほうれん草	15		ほうれん草	15		ほうれん草	15		ほうれん草	15		ほうれん草	15		ほうれん草	15		ほうれん草	15	
	人参	5		人参	5		人参	5		人参	5		人参	5		人参	5		人参	5		人参	5		人参	5		人参	5		人参	5		人参	5		人参	5		人参	5	
	白すりごま	0.5		白すりごま	0.5		白すりごま	0.5		白すりごま	0.5		白すりごま	0.5		白すりごま	0.5		白すりごま	0.5		白すりごま	0.5		白すりごま	0.5		白すりごま	0.5		白すりごま	0.5		白すりごま	0.5		白すりごま	0.5		白すりごま	0.5	
	トマトケチャップ	5.85		トマトケチャップ	5.85		トマトケチャップ	5.85		トマトケチャップ	5.85		トマトケチャップ	5.85		トマトケチャップ	5.85		トマトケチャップ	5.85		トマトケチャップ	5.85		トマトケチャップ	5.85		トマトケチャップ	5.85		トマトケチャップ	5.85		トマトケチャップ	5.85		トマトケチャップ	5.85		トマトケチャップ	5.85	
	濃厚ソース	2.6		濃厚ソース	2.6		濃厚ソース	2.6		濃厚ソース	2.6		濃厚ソース	2.6		濃厚ソース	2.6		濃厚ソース	2.6		濃厚ソース	2.6		濃厚ソース	2.6		濃厚ソース	2.6		濃厚ソース	2.6		濃厚ソース	2.6		濃厚ソース	2.6		濃厚ソース	2.6	
	食塩	0.16		食塩	0.16		食塩	0.16		食塩	0.16		食塩	0.16		食塩	0.16		食塩	0.16		食塩	0.16		食塩	0.16		食塩	0.16		食塩	0.16		食塩	0.16		食塩	0.16		食塩	0.16	
	なたね油	0.39		なたね油	0.39		なたね油	0.39		なたね油	0.39		なたね油	0.39		なたね油	0.39		なたね油	0.39		なたね油	0.39		なたね油	0.39		なたね油	0.39		なたね油	0.39		なたね油	0.39		なたね油	0.39		なたね油	0.39	
	スライスチーズ(15g)	1コ		スライスチーズ(15g)	1コ		スライスチーズ(15g)	1コ		スライスチーズ(15g)	1コ		スライスチーズ(15g)	1コ		スライスチーズ(15g)	1コ		スライスチーズ(15g)	1コ		スライスチーズ(15g)	1コ		スライスチーズ(15g)	1コ		スライスチーズ(15g)	1コ		スライスチーズ(15g)	1コ		スライスチーズ(15g)	1コ		スライスチーズ(15g)	1コ		スライスチーズ(15g)	1コ	
	かしわ餅(50g)<直送>	1コ		かしわ餅(50g)<直送>	1コ		かしわ餅(50g)<直送>	1コ		かしわ餅(50g)<直送>	1コ		かしわ餅(50g)<直送>	1コ		かしわ餅(50g)<直送>	1コ		かしわ餅(50g)<直送>	1コ		かしわ餅(50g)<直送>	1コ		かしわ餅(50g)<直送>	1コ		かしわ餅(50g)<直送>	1コ		かしわ餅(50g)<直送>	1コ		かしわ餅(50g)<直送>	1コ		かしわ餅(50g)<直送>	1コ		かしわ餅(50g)<直送>	1コ	
材 料				端午の節句献立						沖縄県の料理																																
エネルギー	787	kcal		782	kcal		763	kcal		776	kcal		726	kcal		813	kcal		786	kcal		740	kcal		785	kcal		726	kcal		723	kcal		743	kcal		784	kcal				
蛋白質	31.8	g		32.7	g		32.4	g		36.4	g		31.5	g		33.6	g		31.1	g		35.1	g		25.4	g		29.5	g		34.2	g		34.4	g		34.5	g				
脂質	28.7	g		11.9	g		32	g		27.3	g		23.3	g		25.6	g		23.2	g		25	g		17.7	g		18.7	g		23.3	g		26.1	g		30.4	g				