

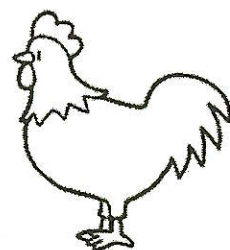
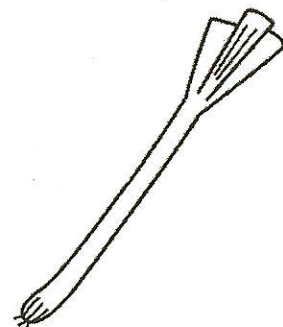
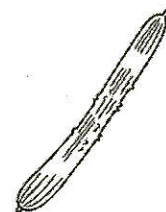
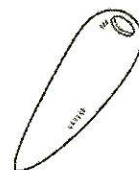
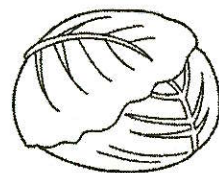
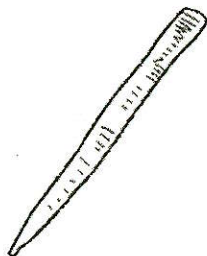
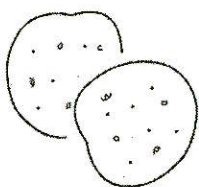
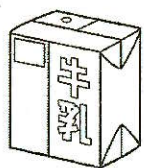
令和7年5月

献立予定表(中学校)

香取市学校給食センター
(第一調理場・第二調理場)

日	曜日	献立名			主な材料とその働き						栄養価				
		主 食	牛乳	副 食	体の組織をつくる		体の調子を整える		エネルギーになる		エネルギー kcal	たんぱく質 g	塩分 g		
					1群	2群	3群	4群	5群	6群					
1	木	ごはん	○	みそカツ かきたま汁 切干大根のパワーアップ煮	豚肉 鶏肉 みそ なた 卵 牛肉	牛乳	ほうれん草 人参	にんにく 玉ねぎ 切干大根	米 澱粉 パン粉 砂糖 小麦粉 三温糖	油 ごま油 ごま くるみ	864	34.1	3.6		
2	金	ごはん	○	赤魚の照り焼き けんちん汁 * 柏餅 マヨおひたし	赤魚 豆腐 ハム 卵	牛乳	人参 ほうれん草	ごぼう 大根 長ねぎ もやし	米 里芋 柏餅	油 ドレッシング	762	32.7	2.7		
7	水	* コッペパン (マーシャルピーンズ)	○	ハッシュドポーク ポテトとツナのサラダ * ヨーグルト	豚肉 ツナ	牛乳 ヨーグルト	人参 トマト	玉ねぎ マッシュルーム にんにく 枝豆 きゅうり	パン 砂糖 じゃが芋	油 マーシャルピーンズ	895	34.4	3.4		
8	木	ごはん (お魚ふりかけ)	○	ちくわ磯辺揚げ② みそ汁 炒り鶏	ちくわ 豆腐 みそ 鶏肉 さば	牛乳 青のり わかめ	人参	キャベツ 長ねぎ ごぼう 椎茸	米 小麦粉 里芋 三温糖	油 ごま油 ごま	801	31.9	3.8		
9	金	ごはん	○	さば韓国風味漬焼き わかめスープ * レモンタルト ナムル	さば ベーコン 卵	牛乳 わかめ	人参 ほうれん草	コーン キャベツ 長ねぎ もやし レモン	米 タルト	ドレッシング	898	30.5	2.8		
12	月	ごはん (わかめふりかけ)	○	ハムカツ② 香取の具沢山汁 粉ふき芋	ハム 卵 鶏肉	牛乳 わかめ かたくちいわし	人参	キャベツ 大根 マッシュルーム	米 パン粉 じゃが芋	油 ごま	834	33.3	3.6		
13	火	ごはん	○	えびフライ チキンカレー (チーズ) 枝豆サラダ(青じそドレッシング)	えび 鶏肉	牛乳 粉チーズ スキムミルク チーズ	人参	にんにく 生姜 玉ねぎ 枝豆 きゅうり キャベツ	米 じゃが芋 パン粉 小麦粉	油 カレーパウダー	899	35.3	3.3		
14	水	* 黒糖パン	○	シルバーレモン風味焼き マカロニクリーム煮 (鉄ウエハース) ほうれん草とコーンのソテー	シルバー 鶏肉 ベーコン	牛乳 スキムミルク	人参 バセリ ほうれん草	レモン 玉ねぎ キャベツ コーン もやし	パン 黒糖 マカロニ ウエハース	油	896	39.7	3.5		
15	木	ごはん	○	豆腐ハンバーグおろしソース みそ汁 * ヨーグルト ピーマンとこんにゃくじゃこ炒め	豆腐 鶏肉 みそ ちくわ	牛乳 わかめ しらす ヨーグルト	人参 ピーマン 赤ピーマン	玉ねぎ 大根 キャベツ	米 パン粉 砂糖 澱粉 じゃが芋	油 ごま油	778	32.6	3.8		
16	金	スパゲッティ ナポリタン	○	ささみチーズフライ ツナサラダ * お米のタルト	ハム 鶏肉 ツナ 卵	牛乳 粉チーズ チーズ わかめ	人参 ピーマン トマト	玉ねぎ マッシュルーム キャベツ コーン	スパゲッティ 砂糖 タルト パン粉 小麦粉	油 ドレッシング	766	37.7	3.4		
19	月	ごはん	○	さけ塩焼き じゃが芋のそぼろ煮 ブロッコリーのごま和え	さけ 鶏肉 厚揚げ かつお節	牛乳	人参 いんげん ブロッコリー	筍	米 澱粉 じゃが芋 三温糖	油 ごま	781	37.2	2.6		
20	火	ごはん	○	餃子② 豆腐の中華スープ チンジャオロース	豚肉 鶏肉 豆腐	牛乳	にら 人参 ピーマン	キャベツ 玉ねぎ 長ねぎ 白菜 にんにく 生姜 筍	米 砂糖 小麦粉 澱粉	油 ごま油	809	33.0	2.9		
21	水	きなこ揚げパン ★揚げパン用に、ビニールと手袋(クラスに1組)がつかます。	○	カレーポタージュ ひじきのサラダ * 牛乳プリン	きな粉 鶏肉	牛乳 ひじき 牛乳プリン	人参 バセリ ブロッコリー	玉ねぎ マッシュルーム 枝豆 キャベツ カリフラワー	パン 三温糖 マカロニ	油 ドレッシング	837	32.1	3.0		
22	木	ごはん	○	野菜のふくら寄せ 呉汁 * ココアバナナドッグ 豚肉の生姜炒め	すけとうだら 豆腐 大豆 豆乳 みそ 豚肉 卵	牛乳	いんげん 人参 ほうれん草	玉ねぎ コーン 大根 にんにく 生姜 バナナ	米 澱粉 じゃが芋 里芋 砂糖 小麦粉	油 ココア	881	38.3	3.0		
23	金	ごはん	○	ヤンニョムチキン② ワンタンスープ チャプチェ	鶏肉 豚肉 なた 牛肉	牛乳 わかめ	人参 にら ピーマン	にんにく 生姜 白菜 玉ねぎ 長ねぎ もやし	米 小麦粉 澱粉 砂糖 春雨	油 ごま ごま油	875	36.6	3.7		
26	月	ごはん	○	炒りたまご たぬき汁 * ソファール 鶏そぼろ	卵 鶏肉 さつま揚げ 油揚げ	牛乳 ソファール	人参	えのき茸 生姜 長ねぎ 枝豆 椎茸	米 砂糖 里芋 澱粉	油 ごま	861	37.7	3.3		
27	火	ごはん	○	チーズオムレツ 野菜のミルクスープ ドライカレー	卵 ベーコン 豚肉	牛乳 チーズ スキムミルク	人参 ほうれん草	玉ねぎ コーン キャベツ にんにく レーズン	米 小麦粉	油	877	32.5	2.8		
28	水	* ミルクロール (パテチョコ)	○	肉団子トマトソース② 干葉ポトフ 花野菜サラダ(フレンチドレッシング)	鶏肉 ベーコン ウインナー	牛乳	人参 バセリ ブロッコリー	玉ねぎ 大根 キャベツ カリフラワー	パン パン粉 じゃが芋	油 ドレッシング チョコレート	828	30.9	3.3		
29	木	ごはん	○	キャベツメンチカツ みそ汁 * オレンジ こんにゃくのおかか煮	鶏肉 豚肉 油揚げ みそ ちくわ かつお節	牛乳 わかめ	人参 いんげん	キャベツ 玉ねぎ 大根 筍 オレンジ	米 小麦粉 パン粉 じゃが芋 三温糖	油	836	32.4	3.0		
30	金	ごはん	● コーヒ	ハンバーグケチャップソース 白玉汁 きんぴらごぼう	豚肉 鶏肉 なた さつま揚げ	牛乳	人参 ほうれん草	玉ねぎ ごぼう	米 小麦粉 砂糖 白玉餅 コーヒート牛乳の煮	油	826	36.8	3.2		
★材料・その他の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。★は学校直送品です。												今月の平均	840	34.4	3.2
★この献立表は主な材料のみ記載しております。アレルギー対応の資料ではありません。												基準値	830	27.0~ 41.5	2.5未満
★魚には骨があります。注意して食べましょう。															
★5月分の給食費の引き落としは6月30日(月)です。口座を確認し残高不足のないようお願いいたします。															

5月分給食用食材の産地(予定)



品名	産地(予定)
米	香取市
牛乳	千葉県
じゃが芋	千葉県
キャベツ	千葉県
きゅうり	千葉県
ごぼう	茨城県
大根	千葉県
にら	香取市
玉ねぎ	北海道
にんじん	千葉県 茨城県 徳島県
白菜	茨城県
ピーマン	茨城県
赤ピーマン	韓国
緑豆もやし	栃木県
長ねぎ	千葉県 茨城県
マッシュルーム	香取市
えのきたけ	長野県 新潟県 茨城県
豚肉	千葉県
鶏肉	香取市 千葉県 青森県
牛肉	オーストラリア

●当日の市場の入荷状況により、産地が変更になる場合があります。