



5月 予定献立表

高浜町教育委員会 令和8年度

月	火	水	木	金
<p>今月の地場産食材 (福井県産)</p> <p>米 麦 打ち豆 煮干し さわら ぶり さば 里芋 じゃがいも たまねぎ 梅 しいたけ 名田庄漬け</p>		<p> 新茶の季節です!</p> <p>5月2日は「八十八夜」です。 八十八夜につんだ新茶を飲むと長生き するという言い伝えがあるように、お茶に は健康に役立つ成分がたくさん含まれて</p>		<p>1 かしわもち </p> <p>ごまツナの あえもの のせる 牛井の具</p> <p>牛井 (麦ごはん) 若竹汁</p> <hr/> <p>こどもの日献立</p>
<p>4</p> <p>みどりの日</p>	<p>5</p> <p>こどもの日</p>	<p>6</p> <p>振替休日</p>	<p>7 </p> <p>ささみの 梅あえ さわらの 抹茶揚げ</p> <p>ごはん じゃがいもの みそ汁</p> <hr/> <p>ふるさと給食</p>	<p>8 </p> <p>ほうれん草と ツナのソテー ちくわの マヨネーズやき (2こ)</p> <p>麦ごはん コロコロ 大根スープ</p>
<p>11 </p> <p>枝豆サラダ 青のりじゃこ</p> <p>麦ごはん じゃがいもの カレーそば</p> <hr/> <p>アイアン給食</p>	<p>12 </p> <p>のり酢あえ 鶏の磯辺 から揚げ (2こ)</p> <p>ごはん キャベツと わかめの みそ汁</p>	<p>13 </p> <p>大根の きんぴら さばの みそマヨ焼き</p> <p>麦ごはん 春の けんちん汁</p>	<p>14 </p> <p>ミニトマト キャベツの おひたし</p> <p>ごはん 炒り豆腐</p>	<p>15 </p> <p>巨峰ゼリー 切干のごま マヨネーズあえ</p> <p>米粉のポークカレーライス (麦ごはん) (ルウ)</p>
<p>18 </p> <p>パンサンスー ブルコギ風炒め</p> <p>麦ごはん トマトの 中華スープ</p>	<p>19 </p> <p>キャベツの しそ風味あえ 鶏肉の マレト焼き</p> <p>たけのこ ごはん わかめと 玉ねぎの みそ汁</p>	<p>20 </p> <p>いちごジャム アスパラサラダ</p> <p>食パン ポーク ビーンズ</p>	<p>21 </p> <p>大根の 中華漬け しゅうまい (3こ)</p> <p>ごはん 八宝菜</p>	<p>22 </p> <p>ひじきの 炒め煮 ぶりミンチ カレーフライ</p> <p>麦ごはん もやしの みそ汁</p>
<p>25 </p> <p>ポテトサラダ 豆腐ハンバーグの トマトソースかけ</p> <p>麦ごはん キャベツの スープ</p>	<p>26 </p> <p>切り干しの キャブ炒め 春キャベツの メンチカツ</p> <p>ごはん 豆腐入り コンソメ スープ</p>	<p>27 ヨーグルト </p> <p>ナムル のせる 肉炒め</p> <p>ピビンバ (麦ごはん) わかめ スープ</p>	<p>28 </p> <p>もやしの ソテー いわしの 梅煮</p> <p>えんどうごはん 米粉めんの すまし汁</p> <hr/> <p>歯っぴー給食</p>	<p>29 </p> <p>きゅうりの 中華漬け 豚キムチ</p> <p>麦ごはん 春雨スープ</p>

※給食に関するお問い合わせは、給食センターでも承っております。

令和8年 5月献立材料表①

高浜町教育委員会

	献立名	赤	黄	緑	熱量 たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量
		おもに体をつくる食品	おもにエネルギーのもとになる食品	おもに体の調子を整える食品	
1 金	麦ごはん		米 麦		653kcal 29.1g 18.4g 98.1g 2.0g
	牛丼の具	牛肉	しらたき 米油 さとう	切干大根 玉ねぎ にんじん ねぎ にんにく しょうが	
	小松菜のあえもの	ツナフレーク	さとう	小松菜 キヤベツ	
	若竹汁	豆腐 かまぼこ カットわかめ		えのき たけのこ	
	かしわもち		上新粉 さとう 小豆 水あめ 米油		
	牛乳	牛乳			
7 木	ごはん		米		649kcal 29.9g 21.6g 91.3g 1.4g
	さわらの抹茶揚げ	さわら	小麦粉 片栗粉 米油	まっ茶	
	(代替: ポークメンチカツ)	豚肉	小麦粉 片栗粉 豚脂 さとう	キャベツ 玉ねぎ	
	ささみの梅あえ	鶏肉	さとう 米油	キャベツ きゅうり 梅肉	
	じゃがいものみそ汁	豆腐 みそ		じゃがいも 玉ねぎ にんじん ねぎ	
	牛乳	牛乳			
8 金	麦ごはん		米 麦		533kcal 17.9g 18.3g 78.4g 2.0g
	ちくわのマヨネーズ焼き	ちくわ(乳卵なし)	ノンエッグマヨネーズ さとう	レモン果汁 パセリ	
	ほうれん草とツナのソテー	ツナフレーク	米油	ほうれん草 もやし コーン	
	コロコロ大根スープ	チキンハム(乳卵なし)		大根 にんじん キヤベツ パセリ	
	牛乳	牛乳			
11 月	麦ごはん		米 麦		616kcal 23.4g 15.0g 113.3g 1.4g
	じゃがいものカレーそばろ	豚肉	じゃがいも こんにゃく 米油 さとう	玉ねぎ にんじん しょうが	
	枝豆サラダ	チキンハム(乳卵なし)	さとう 米油	キャベツ きゅうり えだまめ	
	青のりじゃこ	煮干し 青のり	さとう		
	(代替: しそ味ひじき)	ひじき 寒天	さとう 水あめ 油 キヌア	しその実	
	牛乳	牛乳			
12 火	ごはん		米		617kcal 28.6g 20.8g 83.9g 2.0g
	鶏の磯辺から揚げ	鶏肉 青のり	片栗粉 小麦粉 米粉 米油	にんにく しょうが	
	のり酢あえ	ツナフレーク のり	ごま さとう	小松菜 もやし	
	キャベツとわかめのみそ汁	カットわかめ 油揚げ みそ		キャベツ にんじん ねぎ	
	牛乳	牛乳			
13 水	麦ごはん		米 麦		616kcal 27.7g 22.1g 86.8g 2.2g
	さばのみそマヨ焼き	さば みそ	さとう ノンエッグマヨネーズ		
	(代替: 国産鶏の豆腐入りハンバーグ)	鶏肉 豆腐	片栗粉 豚脂 植物油 さとう	玉ねぎ	
	大根のきんぴら	ベーコン(乳卵なし)	米油 さとう	大根 にんじん	
	春のけんちん汁	厚揚げ	里芋 こんにゃく ごま油	たけのこ にんじん ごぼう ねぎ	
	牛乳	牛乳			
14 木	ごはん		米		569kcal 23.8g 16.3g 87.2g 1.4g
	炒り豆腐	豆腐 鶏肉 卵	春雨 米油 さとう	にんじん 玉ねぎ しいたけ ねぎ	
	キャベツのおひたし	ちくわ(乳卵なし) かつおぶし	さとう	ほうれん草 キヤベツ	
	ミニトマト			ミニトマト	
	牛乳	牛乳			
15 金	米粉のポークカレーライス				680kcal 24.3g 20.6g 108.4g 2.3g
	麦ごはん		米 麦		
	カレールー	豚肉 豆乳	じゃがいも マーガリン(乳なし) 米粉	にんじん たまねぎ しょうが にんにく りんごピュレ トマトペースト	
	切干のごまマヨネーズあえ	チキンハム(乳卵なし)	ごま ノンエッグマヨネーズ さとう	切干大根 きゅうり キヤベツ	
	ぶどうゼリー		さとう	ぶどう果汁	
	牛乳	牛乳			
18 月	麦ごはん		米 麦		571kcal 22.6g 18.0g 84.0g 1.9g
	プルコギ風炒め	牛肉	さとう ごま油	玉ねぎ にんじん もやし いら しょうが にんにく	
	パンサンスー	チキンハム(乳卵なし)	春雨 さとう ごま油	キャベツ きゅうり	
	トマトの中華スープ	豆腐		トマト チンゲン菜 えのき	
	牛乳	牛乳			
19 火	たけのこごはん	油揚げ	米	たけのこ にんじん	574kcal 26.7g 20.0g 76.0g 2.6g
	鶏肉のマーマレード焼き	鶏肉		マーマレード しょうが にんにく	
	キャベツのしそ風味あえ			キャベツ きゅうり 名田庄漬け	
	わかめと玉ねぎのみそ汁	豆腐 カットわかめ みそ		玉ねぎ にんじん ねぎ	
	牛乳	牛乳			

令和8年 5月献立材料表②

高浜町教育委員会

	献立名	赤	黄	緑	熱量 たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量
		おもに体をつくる食品	おもにエネルギーのもとになる食品	おもに体の調子を整える食品	
20 水	食パン	乳	小麦粉 マーガリン(乳なし) さとう		562kcal 25.9g 20.6g 82.4g 2.2g
	(代替:麦コッペ)		小麦粉 さとう 黒糖		
	アスパラサラダ	チキンハム(乳卵なし)	ノンエッグマヨネーズ	アスパラガス キャベツ コーン	
	ポークビーンズ	豚肉 大豆	じゃがいも 米油 マーガリン(乳なし) 米粉	玉ねぎ にんじん にんにく トマト ユレ	
	いちごジャム		さとう	いちご果汁	
	牛乳	牛乳			
21 木	ごはん		米		606kcal 26.0g 17.4g 91.6g 1.7g
	しゅうまい	鶏肉 豚肉 みそ	パン粉 小麦粉 大豆粉 豚脂 さとう	玉ねぎ しょうが	
	八宝菜	豚肉 うずら卵	米油 ごま油 さとう 片栗粉	キャベツ 玉ねぎ しいたけ たけのこ にんじん チンゲン菜 しょうが	
	大根の中華漬け		さとう ごま油	大根	
	牛乳	牛乳			
22 金	麦ごはん		米 麦		612kcal 24.0g 23.4g 84.6g 1.8g
	ブリミンチカレーフライ	ぶり	小麦粉 片栗粉 米油		
	(代替:チキンカツ)	鶏肉	小麦粉 米油 大豆粉		
	ひじきの炒め煮	ひじき うち豆 油揚げ	しらたき 米油 さとう	にんじん	
	もやしのみそ汁	みそ		もやし 玉ねぎ 小松菜 えのき ねぎ	
	牛乳	牛乳			
25 月	麦ごはん		米 麦		626kcal 21.6g 22.3g 92.1g 2.4g
	豆腐ハンバーグのトマトソースかけ	鶏肉 豆腐	片栗粉 豚脂 植物油 マーガリン(乳なし) さとう	玉ねぎ トマト	
	ポテトサラダ	チキンハム(乳卵なし)	じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	きゅうり コーン	
	キャベツのスープ	ベーコン(乳卵なし)		キャベツ にんじん 玉ねぎ しめじ	
	牛乳	牛乳			
26 火	ごはん		米		630kcal 21.2g 21.3g 104.1g 1.9g
	春キャベツのメンチカツ	牛肉 豚肉	黒砂糖 小麦粉 米粉 パン粉 米油	キャベツ 玉ねぎ	
	切り干しのケチャップ炒め	ポークウインナー	オリーブ油	切干大根 玉ねぎ にんじん ピーマン	
	豆腐入りコンソメスープ	豆腐		もやし チンゲン菜 にんじん しいたけ	
	牛乳	牛乳			
27 水	ビビンバ				611kcal 28.3g 17.3g 88.2g 2.3g
	麦ごはん		米 麦		
	肉炒め	牛肉 みそ	米油 さとう	にんにく ねぎ	
	ナムル	錦糸卵	ごま油	小松菜 もやし にんじん	
	わかめスープ	カットわかめ 豆腐	ごま油	玉ねぎ しいたけ	
	ヨーグルト	生乳	さとう		
	(代替:みかんゼリー)		さとう	みかん果汁	
	牛乳	牛乳			
28 木	えんどうごはん		米	えんどう豆	557kcal 27.4g 16.8g 76.7g 3.4g
	いわしの梅煮	いわし	さとう 片栗粉	梅	
	(代替:国産鶏と根菜のつくね)	鶏肉	片栗粉 豚脂 さとう	玉ねぎ れんこん ごぼう 里芋	
	もやしのソテー	ベーコン(乳卵なし)	米油	小松菜 もやし コーン	
	米粉めんのすまし汁	油揚げ	お米うどん	にんじん 玉ねぎ えのき ねぎ	
	牛乳	牛乳			
29 金	麦ごはん		米 麦		519kcal 23.0g 13.4g 80.9g 2.6g
	豚キムチ	豚肉	米油 さとう	白菜(キムチ) にら にんにく	
	きゅうりの中華漬け		さとう ごま油	きゅうり	
	春雨スープ	うずら卵	春雨	玉ねぎ にんじん もやし しいたけ	
	牛乳	牛乳			

※予定している食材が変更になることがあります、ご理解のほどよろしくお願いいたします。