



# 5月 きゅうしょくこんだて表(B)



2025年

別府市学校給食センター

はし	日	曜	主食	牛乳	おかず	血や肉になる	熱や力になる	体の調子をととのえる	エネルギー (kcal) 小学生	エネルギー (kcal) 中学生		
★	1	木	ごはん		さばの生姜煮 じゃがいものみそ汁 昆布和え	牛乳, さば, 豆腐, みそ 油揚げ, 塩昆布	米, 砂糖, かたくり粉, じゃがいも	にんじん, 小松菜 きゅうり, キャベツ	618kcal	721kcal		
☆	2	金	ミニ米粉パン		ミートスパゲッティ 野菜スープ りんごゼリー	牛乳, 豚肉, 牛肉, 大豆 チーズ, ベーコン	米粉パン, 油, 砂糖 スパゲッティ じゃがいも, ゼリー	たまねぎ, にんじん グリーンピース トマト缶, キャベツ	629kcal	800kcal		
	5	月	こどもの日									
	6	火	振替休日									
★	7	水	ごはん		鮭の塩こうじ焼き 別府地獄鍋 小松菜の和え物 柏餅	牛乳, 豚肉, 豆腐 鮭, みそ, とりつくね	米, 砂糖, こうじ	にんじん, はくさい こまつな, もやし にら, 乾しいたけ	683kcal	796kcal		
	8	木	ごはん		エビチリ 水餃子のスープ 青りんごゼリー	牛乳, かまぼこ えび, 水餃子 (具)	米, 油, 砂糖, ごま油 かたくり粉, ゼリー 水餃子 (皮)	にんじん, たまねぎ キャベツ, ねぎ きくらげ, にら	668kcal	824kcal		
	9	金	コッペパン		豆乳シチュー ツナのさっぱりサラダ	牛乳, 鶏肉, 豆乳 ツナ, えび	コッペパン, 油 じゃがいも	にんじん, たまねぎ きゅうり, 枝豆 しめじ, ブロッコリー	518kcal	652kcal		
★	12	月	ごはん		チキンチキンごぼう キムチみそ汁	牛乳, 鶏肉, 豆腐 油揚げ, みそ	米, 油, かたくり粉 砂糖, ごま	にんじん, だいこん はくさい, ごぼう ねぎ, キムチ	669kcal	822kcal		
	13	火	コッペパン		ハンバーグトマトソース オニオンスープ マカロニサラダ	牛乳, 牛肉, 豚肉 おから, 豆腐 ベーコン, ハム	コッペパン, パン粉 砂糖, バター, マカロニ オリーブ油	たまねぎ, コーン, パセリ きゅうり, にんじん	604kcal	763kcal		
★	14	水	ごはん		チャプチェ もずくの中華スープ フルーツムース	牛乳, 豚肉, もずく 豆腐, ちくわ	米, 油, はるさめ ムース	にんじん, たまねぎ キャベツ, にら, ねぎ 乾しいたけ, えのきだけ	588kcal	700kcal		
★	15	木	ごはん		じゃがいものそぼろ煮 小松菜のみそ汁 ひじきふりかけ	牛乳, 鶏肉, みそ 厚揚げ, 大豆, ひじき	米, 油, じゃがいも 砂糖, ごま	たまねぎ, こまつな にんじん, だいこん しめじ, ねぎ, 枝豆 乾しいたけ, こんにゃく	644kcal	781kcal		
	16	金	コッペパン		ホキのレモンソース ポタージュスープ 花野菜サラダ	牛乳, ホキ	コッペパン, 油, 砂糖 薄力粉, かたくり粉 バター, じゃがいも	たまねぎ, にんじん ブロッコリー, レモン汁 カリフラワー, パセリ アスパラガス	600kcal	760kcal		
	19	月	ミニ米粉パン		ポルシチ ヨーグルト和え	牛乳, 牛肉, 生クリーム ヨーグルト	米粉パン, 油 じゃがいも ナタデココ	にんじん, キャベツ, たまねぎ トマト缶, マッシュルーム グリーンピース, もも缶 みかん缶, パイン缶	545kcal	693kcal		
	20	火	ごはん		マーボー豆腐 五目スープ レモンゼリー	牛乳, 豚肉, 豆腐 厚揚げ, 大豆, みそ	米, 油, かたくり粉 砂糖, ごま油, ゼリー	にんじん, たまねぎ たけのこ, ねぎ キャベツ, 乾しいたけ きくらげ, えのきだけ	583kcal	702kcal		
★	21	水	ごはん		赤魚の香味ソース 田舎汁 きゅうりのゆかり和え	牛乳, 赤魚, 厚揚げ みそ	米, 油, かたくり粉 砂糖, ごま油 じゃがいも	にんじん, ごぼう だいこん, ねぎ きゅうり, こんにゃく	606kcal	723kcal		
	22	木	コッペパン		マーマレードチキン ミネストローネ レーズンクリーム	牛乳, 鶏肉 ベーコン, チーズ	コッペパン, 油 かたくり粉 マカロニ, シヤム	にんじん, たまねぎ キャベツ, トマト缶 パセリ	599kcal	733kcal		
★	23	金	ひろしごはん		八宝菜 もやしナムル	牛乳, 豚肉, かまぼこ いか, えび, ポール	米, 油, かたくり粉 砂糖, ごま油, ごま	にんじん, たけのこ キャベツ, たまねぎ きゅうり, ねぎ, もやし 乾しいたけ	536kcal	654kcal		
	26	月	ごはん		ポークカレー 福神和え アセロラゼリー	牛乳, 豚肉, チーズ	米, 油, じゃがいも ごま油, 砂糖, ゼリー	にんじん, たまねぎ えだまめ, きゅうり	625kcal	754kcal		
★	27	火	ごはん		ちくわの緑茶揚げ さつき汁 春雨サラダ	牛乳, ちくわ, 油揚げ わかめ, みそ, ささみ	米, 油, 中力粉, はるさめ じゃがいも, ごま油 ごま, 砂糖	にんじん, たけのこ キャベツ, ねぎ きゅうり	668kcal	798kcal		
★	28	水	コッペパン		カットシューマイ 野菜たっぷりフォー チョコクリーム	牛乳, 豚肉, 鶏肉 かまぼこ	コッペパン, 油, 砂糖 かたくり粉, ごま油 ビーフン, ヨウイの皮 チョコクリーム	にんじん, たまねぎ キャベツ, もやし チンゲンサイ, きくらげ	620kcal	766kcal		
★	29	木	ごはん		いわしのみぞれ煮 鶏と豆腐のすまし汁 茎わかめの炒め物	牛乳, いわし, 豆腐 鶏肉, 豚肉, 油揚げ くさわかめ	米, 油, かたくり粉 砂糖, ごま油	にんじん, だいこん こまつな, えのきだけ しらたき	550kcal	656kcal		
☆	30	金	ミニミルクパン		ナポリタン ジュリエンヌスープ ピーチコンポート	牛乳, ウィンナー チーズ, ベーコン	ミルクパン, 油 スパゲッティ, 砂糖	にんじん, たまねぎ キャベツ, ビーマン パセリ, 桃	596kcal	767kcal		

〔注〕都合により献立を変更する場合があります。★の日はおはしを持ってきて下さい。

☆の日は、スプーンもつきますが、おはしを持ってくると食べやすいです。