

令和8年度 給食予定献立表

岩国学校給食センター



※天候等の理由で、食材を予告なく変更する場合があります。
 ※生の果物は下線、加熱処理された果物は普通文字で記載しています。
 ★牛乳は毎日つきます。2群の「主に体をつくるもとになる食品(赤)」です★

日	曜	こんだてめい 献立名	おち さい けい 主 な 材 料						栄養価		
			おち からだ 主に体をつくるもとになる (赤)		おち からだ ちよよし とちの 主に体の調子を整えるもとになる (緑)		おち 主にエネルギーのもとになる (黄)		エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	小学校	中学校	
1	金	ごはん						こめ		644 27	740 31
		なたねあえ	たまご		にんじん なのはな	もやし		さとう	ごま		
		にくじゃが	ぶたにく さつまあげ		にんじん さやいんげん	たまねぎ		じゃがいも こんにゃく さとう	あぶら		
7	木	コッペパン						パン		670 27.4	802 32.5
		マーシャルビーンズ	だいず	にゅう				さとう ココア			
		ツナのサラダ	まぐろみずに			キャベツ きゅうり			たまご 卵抜きマヨネーズ		
		ポークビーンズ	ぶたにく だいず		にんじん	たまねぎ		じゃがいも さとう	あぶら		
*8	金	ごはん						こめ		656 28.0	740 31.7
		かつおのいそふうみ	かつお	あおのり		しょうが		さとう でんぷん	あぶら		
		わかたけじる	とうふ	わかめ	にんじん ねぎ	はくさい たまねぎ たけのこ えのきたけ					
		かしわもち	あずき					もちごめ さとう みずあめ			
11	月	ごはん						こめ		580 21.1	668 23.8
		いためビーフン	とりにく		にんじん ピーマン	たまねぎ ほししいたけ にんにく		ビーフン	ごまあぶら		
		にくだんごのちゅうかスープ			にんじん チンゲンサイ	キャベツ たけのこ		はるさめ			
		(にくだんご)	ぶたにく とりにく			たまねぎ		でんぷん みずあめ	あぶら		
*12	火	かきまぜ	するめ あぶらあげ		にんじん さやいんげん	ごぼう ほししいたけ		こめ さとう	あぶら	571 23.7	655 27.0
		ごまずあえ			こまつな にんじん	もやし		さとう	ごま		
		うちこみじる	とりにく あぶらあげ しろみそ		にんじん ねぎ	だいこん ほししいたけ		うどん さといも			
13	水	ごはん						こめ		622 22.9	719 26.0
		じゃこチーズサラダ		しらすぼし チーズ	にんじん ほうれんそう	キャベツ とうもろこし		さとう	ごまあぶら ごま		
		ポークカレー	ぶたにく		にんじん グリーンピース	たまねぎ にんにく		じゃがいも	あぶら カレールウ		
14	木	コッペパン						パン		598 22.7	728 27.1
		ゴマネーズサラダ	チキンハム		にんじん	キャベツ		マカロニ	たまご 卵抜きマヨネーズ ごま		
		グリーンとうにゅうポタージュ	ベーコン とうにゅう		にんじん アスパラガス グリーンピース ブロッコリー	たまねぎ		シチュールウ			
15	金	ごはん						こめ		581 23.1	662 25.5
		ししやも【小】1ヶ【中】2ヶ	ししやも								
		おかかあえ	かつおぶし		ブロッコリー	キャベツ					
		おじゃがもちじる	とうふ あぶらあげ みそ		にんじん ねぎ	たまねぎ だいこん		じゃがいも でんぷん			
18	月	コッペパン						パン		559 24.4	684 29.2
		ボロニアハム	とりにく ぶたにく					でんぷん さとう			
		ボイルキャベツ				キャベツ					
		カルちゃんスープ	ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	たまねぎ		じゃがいも			
19	火	ゆかりごはん(減)				あかしそ		こめ さとう		596 23.9	754 28.2
		ちくわのゴマネーズあえ	ちくわ まぐろみずに		にんじん	キャベツ			たまご 卵抜きマヨネーズ		
		ごもくうどん	とりにく あぶらあげ		にんじん ねぎ	だいこん はくさい		うどん			
20	水	むぎごはん かみカミッシュ		かたくちいわし				おおむぎ こめ さとう	ごま あぶら	654 24.3	749 27.6
		こまつなとひじきのすのもの		ひじき	こまつな にんじん	もやし		さとう	ごま		
		おおひら	とりにく なまあげ こうやどうふ		にんじん	れんこん ごぼう ほししいたけ		さといも さとう こんにゃく	あぶら		
		マイ-レモンゼリー				マイ-レモンかじゅう		さとう			

こんだて うら つづ
献立は裏に続きます

日	曜	献立名	主 な 材 料						栄 養 価		
			主に体をつくるものになる (赤)		主に体の調子を整えるものになる (緑)		主にエネルギーのものになる (黄)		エネルギー (kcal)		
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	小学校	中学校	
21	木	ライおぎパン(小) マイヤーレモンサラダ ペンネボロネーゼ	まぐろみずに ぶたにく だいずミート					ライおぎパン さとう たまねぎ グリーンピース にんにく しょうが キャベツ きゅうり マイヤーレモンかじゅう	あぶら あぶら	699 29.4	849 35.1
22	金	ごはん あじのなんばんづけ ぐだくさんみそしる	あじ とうふ あぶらあげ みそ					こめ たまねぎ キャベツ たまねぎ	さとう でんぷん あぶら	633 25.1	791 36.1
25	月	ごはん きりぼしだいこんのソースいため (おこのみソース) じゃがいものそぼろに 【中】チーズ	ぶたにく オイスターエキス とりにくエキス ぶたエキス とりにく なまあげ チーズ	こんぶ	にんじん ピーマン トマト にんじん さやいんげん	キャベツ たまねぎ きりぼしだいこん デーツ たまねぎ しいたけ もも りんご たまねぎ しょうが		こめ さとう さとう じゃがいも さとう かたくりこ	あぶら	660 25.2	807 31.5
26	火	ごはん いわしのしょうがに そくせきづけ さわにわん	いわし くきわかめ ぶたにく こんぶ			しょうが きゅうり キャベツ ごぼう だいこん しょうが ほししいたけ ごぼう		こめ さとう でんぷん さとう ごま		579 25.2	650 27.5
27	水	ごはん ぶたにくのみそやき ひじきのいりに みそしる	ぶたにく みそ だいず とうふ みそ	ひじき わかめ	にんじん さやいんげん にんじん ねぎ	しょうが たまねぎ キャベツ えのきたけ		ごはん さとう さとう	あぶら	658 27.3	762 31.1
28	木	こくとうパン ジャーマンポテト ABCスープ オレンジ	ベーコン ウインナー			とうもろこし キャベツ オレンジ		こくとうパン じゃがいも バター マカロニ		610 21.0	746 25.1
* 29	金	キムチチャーハン ナムル わかめスープ	ぶたにく ベーコン	わかめ	にんじん なら ほうれんそう にんじん にんじん ねぎ	はくさい(キムチ) にんにく しょうが もやし たまねぎ えのきたけ		さとう こめ さとう じゃがいも	あぶら ごまあぶら ごま	521 19.6	655 23.3

* 8日 端午の節句献立

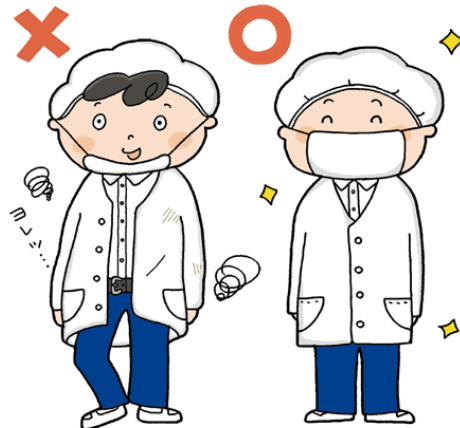
* 12日 香川県の料理

* 29日 韓国の料理



食育だより

清潔な身支度で
準備をしよう



清潔な身支度をする理由は、見た目だけの問題ではありません。衛生的で安全な給食を配るためにとっても重要なからです。

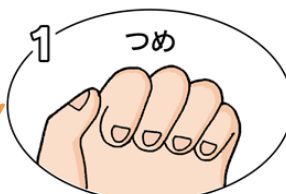
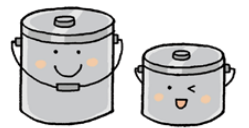
つめながいとおお爪が長い人が多いです。
にちようび つめ き日曜日には爪を切る
しゅうかん習慣をつけましょう

5月 給食・食育目標

◎衛生に気を付けて給食を食べよう

給食当番の身支度・準備 6つのポイント

食べ物を扱うという自覚を持って衛生面に気をつけましょう。



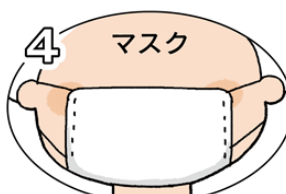
1 つめ
つめの伸びている人は短く切っておきましょう。



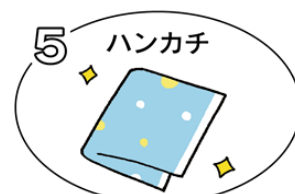
2 白衣
清潔な白衣をきちんと身につけましょう。



3 帽子
髪の毛が出ないように帽子をかぶりましょう。



4 マスク
マスクは口と鼻が隠れるようにつけましょう。



5 ハンカチ
給食用の清潔なハンカチを用意しましょう。



6 手洗い。
石けんを使って十分な手洗いをしましょう。