

令和7年 5月 学校給食予定こんだてひょう

長与町立長与小学校 NO. 1

ひ に ち	よう び	こ ん だ て め い	ざ い り ょ う			エネルギー kcal たんぱく質 g
			(赤) 血や肉のもとになる	(黄) 熱や力のもとになる	(緑) 体の調子をととのえる	
1	木	こがたコッペパン	はちじゅうはちや 八十八夜		コッペパン	669 27.1
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
		ミートスパゲッティ	ぎゅうひきにく ぶたひきにく	スパゲッティ あぶら	たまねぎ にんじん セロリ ピーマン にんにく	
		ウインナーとやさいのソテー	ウインナー	ごまあぶら	アスパラガス たまねぎ にんじん	
		おちゃのムース		おちゃのムース		
2	金	 かんげいえんそく 歓迎遠足 (お弁当の日) 				
7	水	むぎごはん		こめ むぎ		624 24.8
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
		キーマカレー	ぎゅうひきにく ぶたひきにく ひよこまめ だいず スキムミルク	あぶら	たまねぎ にんじん にんにく	
		アスパラのグリーンサラダ		さとう オリーブオイル	アスパラガス もやし きゅうり レモンかじゅう	
8	木	くろざとうパン		くろざとうパン		602 22.7
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
		キャベツとにくだんごのスープ	にくだんご		キャベツ たまねぎ にんじん ほうれんそう	
		ジャーマンポテト	ベーコン	じゃがいも あぶら	たまねぎ パセリ	
9	金	グリーンピースごはん		こめ	グリーンピース	586 22.6
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
		こんさいのごまじる	あつあげ むぎみそ	さつまいも ねりごま ごま ごまあぶら	たまねぎ にんじん ねぎ	
		うらかみそぼろ	ぶたにく あげかまぼこ	さとう あぶら	ごぼう にんじん もやし こんにやく	
12	月	ごはん		こめ		603 21.3
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
		ちくぜんに	とりにく	じゃがいも あぶら さとう	にんじん れんこん ごぼう たけのこ こんにやく ほししいたけ インゲン	
		あつやきたまご	あつやきたまご			
		キャベツのゆかりあえ			キャベツ しそごはんのもと	
13	火	コッペパン		コッペパン		609 25.3
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
		ラビオリのトマトに	ぶたひきにく ベーコン	ラビオリ じゃがいも あぶら さとう	にんじん たまねぎ トマト パセリ にんにく	
		えだまめサラダ		さとう あぶら	えだまめ きゅうり コーン	
14	水	☆キムタクごはん☆	ぶたにく	こめ むぎ ごまあぶら	キムチ たくあん	659 26.7
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
		ワンタンスープ	とりにく はんぺん	ワンタン	たまねぎ もやし ねぎ	
		れんこんのバターしょうゆいため	ベーコン	バター さとう	れんこん たまねぎ にんじん インゲン にんにく	
		☆あおりんごゼリー☆		あおりんごゼリー		
15	木	コッペパン		コッペパン		581 23.4
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
		にんじんのポタージュ	ベーコン とりにく ぎゅうにゅう なまクリーム	バター あぶら こむぎこ じゃがいも	にんじん たまねぎ パセリ	
		ながさきサラダ		あげチャーメン ねりごま ごま さとう	キャベツ もやし	

おおさかばんぱく
大阪万博イヤー☆ご当地味めぐり☆



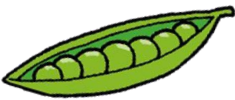
OSAKA, KANSAI, JAPAN
EXPO 2025

ぜんぶのいのちと、
ワクワクする未来へ。

5月は長野県です。
☆印がついている料理を探して
みてね♪

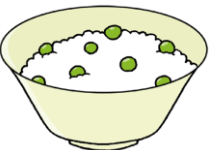


しゅん あじ きゅうしょくしょうかい
旬を味わう給食紹介



5/9 グリンピースごはん

こんげつ とうじょう
今月は、グリンピースごはんが登場
します。この時季に出回る旬のグリン
ピースは、かお じき でまわ しゅん
香りがあって、もっともお
いしいといわれています。



令和7年 5月 学校給食予定こんだてひょう

長与町立長与小学校						NO. 2
ひ に ち	よ う び	こ ん だ て め い	ざ い り ょ う			エ ネ ル ギ ー kcal たん ば く 質 g
			(赤) 血や肉のもとになる	(黄) 熱や力のもとになる	(緑) 体の調子をととのえる	
16	金	むぎごはん		こめ むぎ		617 26.1
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
		ジージャーどうふ	とりにく どうふ	さとう でんぷん ごまあぶら	たまねぎ にんじん ほししいたけ ふかねぎ たけのこ しょうが	
		ぎょうざ	ぎょうざ			
		ほうれんそうともやしのナムル		さとう ごまあぶら	ほうれんそう もやし	
19	月	ごはん		こめ		618 26.0
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
		みそけんちんじる	とりにく あつあげ むぎみそ		ごぼう えのき にんじん ねぎ	
		いわしのうめに	いわしうめに			
		くきわかめのきんぴら	あげかまぼこ くきわかめ	あぶら さとう	にんじん	
20	火	こがたコッペパン		コッペパン		633 29.0
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
		さううどん	ぶたにく イカ はんぺん あげかまぼこ	あげチャーメン さとう あぶら でんぷん	たまねぎ にんじん キャベツ きくらげ	
		バンバンジーサラダ	とりにく こめみそ	ねりごま ごま ごまあぶら さとう	きゅうり もやし	
21	水	ごはん		こめ		609 28.5
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
		だんごじる	とりにく あぶらあげ	にこみもち	にんじん ごぼう こまつな	
		ぶたにくのバーベキューソース	ぶたにく	あぶら さとう	にんじん ピーマン にんにく しょうが たまねぎ レモンかじゅう すりおろしりんご	
22	木	コッペパン		コッペパン		649 24.2
		マーシャルチョコ		マーシャルビーンズチョコ		
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
		ふわふわたまごのスープ	ベーコン たまごぼそろ	でんぷん	にんじん たまねぎ ほうれんそう	
		メンチカツ	メンチカツ	あぶら		
		きゅうりのピクルス		さとう	きゅうり	
23	金	むぎごはん	5年生 平和ウォーク 2～4年生 弁当	こめ むぎ		607 20.8
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
		ハヤシライス		バター こむぎこ あぶら さとう	たまねぎ にんじん グリンピース	
		ごまドレッシングサラダ		あぶら さとう ごま	キャベツ きゅうり コーン	
26	月	ごはん		こめ		598 19.5
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
		にくじゃが	ぶたにく	じゃがいも あぶら さとう	たまねぎ にんじん こんにゃく インゲン	
		きゅうりとはるさめのすのもの		はるさめ さとう ごま	きゅうり	
		ミニゼリー		ももゼリー		
27	火	こがたコッペパン		コッペパン		637 27.2
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
		カレーうどん	ぶたにく はんぺん	うどん	たまねぎ にんじん ねぎ	
		とりにくとかシューナッツのいためもの	とりにく	カシューナッツ あぶら さとう	たまねぎ パプリカ ピーマン	
28	水	むぎごはん		こめ むぎ		588 25.5
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
		つみれじる	つみれ わかめ		たまねぎ えのき こまつな	
		なっとうみそ	ぶたひきにく なっとう こめみそ あかみそ	あぶら さとう ごま	ねぎ	
		やさいのひじきあえ	しそあじひじき		もやし にんじん	
29	木	レーズンパン		レーズンパン		664 26.9
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
		ポークビーンズ	ぶたにく ベーコン だいず	じゃがいも あぶら	たまねぎ にんじん グリンピース にんにく	
		マカロニサラダ		マカロニ ノンエッグマヨネーズ あぶら	キャベツ きゅうり コーン	
30	金	ごはん		こめ		624 24.1
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
		あおさのみそじる	あつあげ あおさ はんぺん むぎみそ		たまねぎ えのき ねぎ	
		タラのあまずいため	タラ	あぶら さとう	たまねぎ たけのこ にんじん えだまめ	