

令和7年度 5月分献立表（中学校）

筑紫野市学校給食共同調理場

月	火	水	木	金
食料自給率アップの取り組み ①今が旬の食べ物を選ぼう ②地元でとれる食材を食べよう ③ごはん中心のバランスのよい食事をしよう ④食べ残しを減らそう ⑤自給率向上の取り組みを知り、応援しよう 			1 麦ご飯 じゃが芋と厚揚げの オイスターソース煮 わかめとツナの和え物 【ファイバー献立】	2 麦ご飯 みそ汁 かつおと筍の煮物 しそひじきのごまだれ和え 柏餅 【行事食:端午の節句】
5 子どもの日 	6 振替休日 	7 ワンローフパン ポテトスープ あじフライ ごぼうサラダ	8 麦ご飯 のっぺい汁 和風ハンバーグ 小松菜の和え物 【和食の日】	9 麦ご飯 韓国風肉じゃが 焼きししゃも ナムル アセロラゼリー
12 麦ご飯 豚汁 お魚ハンバーグ ほうれんそうのサラダ	13 麦ご飯 麻婆豆腐 焼きぎょうざ チンゲン菜の オイスターソース炒め 【世界の料理: 中華人民共和国】	14 黒糖パン 春野菜のポトフ ホキフライ きゅうりのサラダ 【地場産献立: たまねぎ・アスパラガス】	15 しそ麦ご飯 肉うどん(うどん 肉うどんの具) 人参とツナのソテー	16 キーマカレー (麦ご飯) フルーツミックス
19 体育会代休	20 または 予備日 	21 キャロットパン チキンとトマトの スパゲッティ ツナサラダ オレンジ	22 麦ご飯 すいとん いわしの生姜煮 五目きんぴら	23 麦ご飯 高野豆腐の煮物 マヨいりこ キャベツのソテー
26 麦ご飯 がんもと野菜のうま煮 じゃこふりかけ ブロッコリーのごまみそ和え	27 麦ご飯 さつま汁 メンチカツ 切干大根の煮つけ 【鉄人献立】	28 ワンローフパン ポークビーンズ コールスロー オレンジ	29 麦ご飯 肉団子汁 さばみそホイル ブロッコリーの中華サラダ	30 麦ご飯 厚揚げの中華煮 さつまいものかりんとうがらめ

ファイバー献立・・・海藻には、食物繊維が多く含まれています。

行事食・・・・・・5月5日の子どもの日にちなんで、柏餅をつけています。よくかんで食べましょう。

和食の日・・・・・・和食では、素材の持ち味を引き出すために「だし」を使います。給食でもすまし汁やのっぺい汁などのだしには昆布と鰹節を、みそ汁やうどんなどのだしにはいりこを使っています。だしをしっかりときかせることで、減塩にもつながります。

世界の料理・・・・麻婆豆腐は四川料理の一つです。ぎょうざは小麦栽培の盛んな中国北部で作られました。

地場産献立・・・・筑紫野市内で栽培された玉ねぎとアスパラガスを使用する予定です。

鉄人献立・・・・切干大根は生の大根に比べて、鉄が多く含まれています。

☆材料入荷の都合などにより、献立を変更することがあります。

☆牛乳は毎日あります。

☆献立表裏面の★印については、各学校に配布した資料「令和6年度学校給食で使用する物資一覧（★印表）」に詳しく記載しています。資料につきましては、各学校にお問い合わせください。

☆裏面のアレルギー表示の※印の表示は、その加工品に※印の食品は含まれていませんが、同じ製造工場で※印の食品を含む加工品が製造されていることを表しています。

☆学年により、主食や副食の量が違うことがあります。

☆食物アレルギーや献立内容などお尋ねになりたいことがありましたら、共同調理場へご連絡ください。TEL923-6466