



令和8年 5月 学校給食予定献立表

世羅町学校給食センター



(小学校用)

日	曜日	献立名			主な食品 (食品の働き)						エネルギー (kcal)
		主食	牛乳	おかず (主菜・副菜)	赤く体をつくる>		緑く体の調子を整える>		黄くエネルギーになる>		塩分 (g)
					1群	2群	3群	4群	5群	6群	
1	金			スタミナやき こめこめんのサラダ かしわもち (せらにし小・世羅西中)	ぶたにく ハム	ぎゅうにゅう しらすほし	にんじん こまつな にら	にんにく しょうが たまねぎ もやし キャベツ きゅうり	ごはん かしわもち こめこめん さとう	ごま ごまあぶら	628 1.7
7	木			にくじゃが つけものサラダ かしわもち (せらひがし小・世羅中)	ぶたにく	ぎゅうにゅう しらすほし	にんじん さやいんげん こまつな	たまねぎ キャベツ こんにゃく たくあん	ごはん はるさめ じゃがいも かしわもち さとう	あぶら	588 1.5
8	金			こうやどうふのたまごとし ひじきのごまマヨサラダ かしわもち (甲山小・甲山中)	こうやどうふ たまご とりにく ツナ ちくわ	ぎゅうにゅう ひじき	こまつな にんじん さやいんげん	たまねぎ キャベツ ほししいたけ きゅうり	ごはん さとう かしわもち	あぶら ごま ノンエッグマヨネーズ	654 2.5
11	月			だいすとぶたにくのみそに チーズいりおひたし かしわもち (世羅小)	ぶたにく かつおぶし だいす みそ	ぎゅうにゅう チーズ わかめ	にんじん さやいんげん こまつな	にんにく もやし たまねぎ こんにゃく	ごはん かしわもち じゃがいも さとう	あぶら	627 2.7
12	火			ぎょうざ キャベツのかおりあえ ラーメン	ぎょうざ ぶたにく なると	ぎゅうにゅう	にんじん	キャベツ しろねぎ	ごはん ちゅうかめん	あぶら ごまあぶら	568 1.7
13	水			ホットドック こまつなのクリームスープ <small>ラッキー人参の日</small>	ウインナー ベーコン とうにゅう	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	たまねぎ キャベツ とうもろこし	パン じゃがいも こめこ		650 3.5
14	木			とりささみのレモンふうみ ごまあえ ワントンスープ	とりにく ちくわ ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	レモン たまねぎ キャベツ ぶなしめじ もやし	ごはん ワントンビー でんぷん さとう	あぶら ごま	582 1.8
15	金			マーボーどうふ バンサンスー あまなつ	とうふ ハム ぶたにくミンチ みそ	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	しょうが にんにく あまなつ たまねぎ キャベツ たけのこ ほししいたけ きゅうり	ごはん はるさめ さとう でんぷん	あぶら ごまあぶら ごま	627 2.2
18	月			だいこんととりにくのいためもの ツナサラダ プリン	とりにく ちくわ ツナ	ぎゅうにゅう	にんじん	しろねぎ こんにゃく しょうが きゅうり ほししいたけ だいこん	ごはん じゃがいも マカロニ プリン さとう	あぶら ノンエッグマヨネーズ	621 1.8

☺ たのしく食べよう ☺ 『せらのふるさと給食』… 今月の食材は「アスパラガス」です！

19	火			ぶたにくとアスパラガスのごまふうみいため トック こざかなくん	ぶたにく とりにく	ぎゅうにゅう わかめ いりこ	アスパラガス にんじん こまつな	たまねぎ もやし ほししいたけ	ごはん さとう でんぷん じゃがいも トック	あぶら ごま ごまあぶら	625 2.3
20	水			ちくわのいそべあげ さわやかづけ あいしょうじる	ちくわ みそ ぶたにく ベーコン	ぎゅうにゅう あおのり こんぶ	にんじん ねぎ	たまねぎ こんにゃく キャベツ レモン きゅうり	ごはん じゃがいも こむぎこ さとう	あぶら	614 2.6
21	木			カレー くきわかめのしゃきしゃきあえ かくチーズ	ハム とりにく	ぎゅうにゅう くきわかめ チーズ	にんじん こまつな	たまねぎ しょうが にんにく もやし	ごはん さとう じゃがいも はちみつ こむぎこ	あぶら ごま	594 2.5
22	金			さばのみそに こふきいも ビーフンスープ	さば みそ ベーコン	ぎゅうにゅう あおのり	にんじん こまつな	たまねぎ しょうが たけのこ だいこん	ごはん ビーフン さとう じゃがいも		606 2.2
25	月			ハヤシライス コールスローサラダ メロン	ぎゅうにゅう とうにゅう	ぎゅうにゅう	にんじん アスパラガス	にんにく とうもろこし たまねぎ キャベツ ぶなしめじ メロン	ごはん さとう こむぎこ	あぶら	553 2.0
26	火			こまつなとあつあげのみそいため ごますあえ	ぶたにく ツナ あつあげ みそ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん こまつな	たまねぎ ほししいたけ にんにく キャベツ しょうが	ごはん さとう	ごま	614 2.5
27	水			ベーコンエッグ あおじそサラダ ミネストローネ	たまご ぶたにく ツナ ひよこまめ ベーコン	ぎゅうにゅう チーズ わかめ	にんじん こまつな トマト	たまねぎ キャベツ とうもろこし	パン マカロニ さとう	あぶら	631 2.7
28	木			じゃがいものそばろに かいそうサラダ なっとう	ぶたにく あげはん なっとう	ぎゅうにゅう かいそう しらすほし	にんじん さやいんげん	たまねぎ キャベツ こんにゃく きゅうり しょうが レモン	ごはん じゃがいも さとう	あぶら	578 1.9
29	金			しろみざかなのなんばんづけ ぶたじる まめによるこぶ	ほき みそ ぶたにく だいす あぶらあげ	ぎゅうにゅう こんぶ	にんじん ねぎ	たまねぎ ごぼう こんにゃく	ごはん じゃがいも でんぷん さとう	あぶら	589 2.4

毎月19日は
楽しく食べよう ~せらのふるさと給食~

世羅町で作られた旬の食べ物を使って料理します。
世羅の旬の食べ物を知り、みんなで味わい、作ってくだ
さっている人に感謝する気持ちを持ちましょう。



学校給食では、地産地消を進めています

今月の世羅産食材は、「米」「アスパラガス」「小松菜」「米粉
麺」「卵」の予定です。