



5月 きゅうしょくこんだて表(C)



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		ブルコギ 中華たまごスープ	牛乳,牛肉,卵 かまぼこ	米,油,砂糖ごま油 かたくり粉,ごま はるさめ	たまねぎ,にんじん ニラ,乾しいたけ もやし,ねぎ	586kcal	719kcal
	2	金	コッペパン		スパイスチキンカツ コンソメスープ グリーンサラダ	牛乳,鶏肉,ベーコン	コッペパン,油,薄力粉 パン粉,マヨネーズ	たまねぎ,コーン ブロッコリー,パセリ カリフラワー	619kcal	779kcal
	5	月	こどもの日							
	6	火	振替休日							
	7	水	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
	8	木	コッペパン		豆乳シチュー ツナのさっぱりサラダ こどもの日ゼリー	牛乳,鶏肉,豆乳 ツナ	コッペパン,油 じゃがいも,ゼリー	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
★	9	金	ごはん		かぼすとり天 別府地獄鍋 小松菜のごまじゃこ和え	牛乳,鶏肉,豚肉,豆腐 ちりめん,たまご,みそ	米,油,かたくり粉 砂糖,ごま油,ごま	にんじん,はくさい こまつな,きゅうり にら,乾しいたけ	628kcal	772kcal
	12	月	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,パイナップル	545kcal	693kcal
	13	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,えのきたけ	583kcal	702kcal
★	14	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
	15	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,ジャム	にんじん,たまねぎ キャベツ,トマト缶 パセリ	599kcal	733kcal
★	16	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,えびボール	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
	19	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
★	20	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
★	21	水	コッペパン		カットシュウマイ 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,ジャガイモの皮 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
★	22	木	ごはん		いわしのみぞれ煮 鶏と豆腐のすまし汁 きわわの炒め物	牛乳,いわし,豆腐 鶏肉,豚肉,油揚げ くきわわめ	米,油,かたくり粉 砂糖,ごま油	にんじん,だいこん こまつな,えのきたけ しらたき	550kcal	765kcal
☆	23	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,ウインナー 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,ピーマン パセリ,桃	596kcal	767kcal
★	26	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
	27	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
★	28	水	ごはん		チャブチェ もずく中華スープ 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,えのきたけ	588kcal	700kcal
★	29	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
	30	金	コッペパン		ホキのレモンソース ポータージュスープ 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

〔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。