



令和8年度 5月 予定献立表



船橋市立行田中学校

○牛乳は毎日つきます

日付	選択	A 献立	エネルギー (Kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (%)	食塩相当量 (g)	テーマ	B 献立	エネルギー (Kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (%)	食塩相当量 (g)
1(金)		授業参観のため午前日課です。給食はありません。										
4(月)		みどりの日										
5(火)		こどもの日										
6(水)		振替休日										
7 (木)		お茶の香りご飯 生揚げのそぼろあんかけ 磯香和え かきたま汁 甘夏みかん	775	35.7	30.7	2.3	5月2日 八十八夜	レーズンパン 鶏ささみのお茶の葉フリット ごまドレッシングサラダ キャベツのスープ パナナ	808	36.9	27.6	2.7
8 (金)		ご飯 手作り昆布おかかふりかけ 高岡コロケ ツナ和え キャベツと豆腐の味噌汁	792	31.3	26.8	2.4	5月9日 富山県民 ふるさとの 日	富山ブラックラーメン 鯖(さば)のごまだれ焼き 小松菜サラダ 甘夏みかん	782	37.8	38.3	3.3
11 (月)		麦ご飯 鯖(さわら)のごま味噌焼き カリカリ梅和え けんちん汁 きなこ白玉団子	773	33.3	25.1	2.3	味噌 × 甜麺醬	黒糖コッペパン レバーと生揚げの甜麺醬(テンメンジャン)炒め 茎わかめサラダ パイナップル	777	35.8	31.0	2.4
12 (火)		鶏と卵のそぼろ丼 おかか和え ゆでそら豆 わかめと豆腐の味噌汁	758	35.9	29.0	2.6	旬の野菜 そら豆	テーブルロール フライドチキン シーフードサラダ ゆでそら豆 ミネストローネ	798	42.9	33.9	3.0
13 (水)		豚キムチチャーハン ししゃものごま揚げ もやしナムル 春雨スープ パイナップル	821	34.8	30.9	2.6	キムチ VS ピザ	ピザトースト 枝豆サラダ サーモンチャウダー パナナ	767	34.4	36.6	2.3
14 (木)		ご飯 鶏肉と大豆の照りダレ揚げ 小松菜のおひたし さつま汁	808	30.0	28.8	2.2	和風だし 洋風だし	バターロール トビウオハンバーグ ポテトサラダ ふわふわ卵スープ メロン	808	39.4	31.2	3.4
15 (金)		ご飯 カリカリ青のり大豆 塩昆布和え すき焼き肉肉豆腐	798	36.2	31.1	2.0	給食の 野菜	ミルクロール カラフルオムレツ スパゲッティサラダ じゃがいものスープ サイダーゼリー	851	30.7	32.8	2.8
18 (月)		シーフードカレーライス アスパラガスとチーズの肉巻き 海藻サラダ オレンジ	800	30.8	28.7	2.5	旬の野菜 アスパラ ガス	ソフト麺 チキンとアスパラガスのクリームソース コーンサラダ フライドポテト	825	33.4	28.6	2.0
19 (火)		麦ご飯 鯿(あじ)フライ ごま酢和え 具だくさん味噌汁 船橋産にんじんゼリー *船橋産食材を食べて知る日	788	33.5	28.1	2.0	船橋産 にんじん	はちみつパン チキンサラダ マッシュポテト 船橋産にんじんポタージュ メロン *船橋産食材を食べて知る日	790	30.1	32.0	2.5
20(水)		千教研船橋支会のため午前日課です。給食はありません。										
21 (木)		船橋漁港の黒鯛(くろだい)の鯛めし 生揚げの甘辛焼き 白菜の和え物 鯛だしのすまし汁 メロン *船橋産食材を食べて知る日	795	37.6	30.7	2.5	船橋産 黒鯛 小松菜	船橋産小松菜ツナチーズサンド フレンチサラダ マカロニスープ ハニーポテトビーンズ *船橋産食材を食べて知る日	775	30.6	37.9	1.9
22 (金)		豚ごぼう丼 いり卵和え じゃがいもの味噌汁 シュガービーンズ	834	35.1	27.8	2.4	大豆 × いんげん豆	きなこバタートースト キビナゴのから揚げ わかめサラダ チリコンカン	801	35.8	37.1	1.9
25 (月)		ガーリックライス 白身魚のタルタルソース焼き ひじきチーズサラダ ABCスープ キウイフルーツ	780	34.3	27.5	2.5	タルタル VS チリソース	ブランコッペパン えびと豆腐のチリソース煮 中華サラダ さつまいもスティック	807	35.2	29.1	2.9
26 (火)		青大豆入りわかめご飯 鶏肉のねぎ塩焼き じゃこ和え 沢煮椀 河内晩柑(かわちばんかん)	756	34.6	29.2	2.1	旬の 果物・魚	ココアマール食パン 鰹(かつお)のスパイシー揚げ ラーメンサラダ うずら卵と野菜の中華スープ	781	40.8	34.3	2.8
27 (水)		ご飯 船橋三番瀬海苔の手作りつくだ煮 メバルのから揚げ ごま和え 豚汁	769	32.6	29.8	2.4	手作り	食パン 手作りブルーベリージャム 豆腐のミートグラタン ひじきサラダ レンズ豆のスープ	803	38	32.1	3.2
28 (木)		かつ丼(ご飯、とんかつ、卵とじ煮) じゃがいものチーズ和え 豆腐のすまし汁 甘夏みかん	827	40.7	26.6	2.3	体育祭 応援▶	セルフ照り焼きバーガー(丸型コッペパン 照り焼きハンバーグ スラ イスチーズ) キャベツサラダ トマトスープ フルーツポンチ	766	36.5	33.1	2.5
29(金)		体育祭のため、給食はありません。お弁当をご持参ください。										

*都合により食材料を変更する場合がありますので、あらかじめご承知ください。

*中学校給食予約システムにログインし、申込みを行ってください。

*5月分の申込み期間は、2月18日(水) 12:00~2月27日(金) です。

*給食予約システムの「栄養士から」欄に、献立や料理について詳しい説明をのせています。献立選択の参考にしてください。

八十八夜(はちじゅうはちや)

立春から数えて88日目にあたる日。今年の立春は、2月4日であったため、5月2日が八十八夜です。米をはじめとする様々な農作業の始まりの目安とされています。また、お茶の葉を摘むのに最適な時期を迎え、茶畑では茶摘みが行われます。

~旬の食べ物を味わおう~

今月は…



そら豆



アスパラガス