

令和7年度5月予定献立表

福島県立会津第二高等学校

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
1 木	発芽米入りご飯 牛乳 青椒肉絲 マカロニサラダ もやしの味噌汁	牛乳, 豚モモ(脂身付き), 油揚げ, 米 みそ(淡色辛みそ)	給食用白米, 給食用強化米, 白い発 芽胚芽米, 米ぬか油, ごま油, かたく り粉, マカロニ・スパゲッティ, マヨ ネーズ(卵黄型)	青ピーマン, 玉葱, たけのこ(水煮), にんじん, きゅうり, りょくとうも やし	793 kcal 30.7 g 25.3 g 2.3 g
7 水	キャロットライス 牛乳 マカロニグラタン ブロッコリーのサラダ ジュリアンスープ	牛乳, 鶏成鶏肉モモ(皮なし), ミッ クスチーズR	給食用白米, 給食用強化米, 白い発 芽胚芽米, ごま(乾), 米ぬか油, マカ ロニ・スパゲッティ, 有塩バター	にんじん, 玉葱, 冷凍国産ミニブ ロッコリー, とうもろこし(ｶｰﾎﾙ 冷凍), キャベツ	796 kcal 28.8 g 23.5 g 2.6 g
8 木	発芽米入りご飯 牛乳 さばの味噌煮 ひじきの五目炒め煮 かきたま汁	牛乳, 冷凍サバ味噌煮, 干ひじき(ｽ ﾎﾙｽﾞ釜、乾), 国産冷凍大豆, 油揚げ, たまご	給食用白米, 給食用強化米, 白い発 芽胚芽米, 板こんにゃく, 米ぬか油, 上白糖	にんじん, れんこん(ゆで), 糸みつ ば	791 kcal 28.5 g 27.9 g 2.3 g
9 金	キーマカレーライス 牛乳 ブロッコリーサラダ ミネストローネ風	豚ひき肉, 国産冷凍大豆, 牛乳	給食用白米, 白い発芽胚芽米, 給食 用強化米, じゃがいも	玉葱, にんじん, トマト缶詰(ﾎｰ ﾙ), 冷凍国産ミニブロッコリー, レタス, トマト	788 kcal 28.8 g 24.0 g 2.4 g
12 月	二色丼(そぼろと炒り卵) 牛乳 大根サラダ 豆腐と油揚げの味噌汁	鶏若鶏肉ひき肉, たまご, 牛乳, 木綿 豆腐, 油揚げ, 米みそ(淡色辛みそ)	上白糖, 大豆油, 米ぬか油, 給食用白 米, 給食用強化米, おおむぎ(押 麦), ごま(いり)	しょうが(酢漬), だいこん, にんじ ん, きゅうり	767 kcal 32.0 g 25.2 g 2.2 g
13 火	ココア揚げパン 牛乳 チーズオムレツ ポトフ 果物(オレンジ)	牛乳, チーズオムレツ, 鶏成鶏肉モ モ(皮なし)	給食用パン(粉), 米ぬか油, じゃ がいも	冷凍国産ミニブロッコリー, 玉葱, にんじん, ぶなしめじ, ネーブル	765 kcal 34.8 g 27.4 g 2.9 g
14 水	発芽米入りご飯 牛乳 麻婆茄子 春雨サラダ 豚汁	牛乳, 豚ひき肉, 豚モモ(脂身付き), 米みそ(淡色辛みそ)	給食用白米, 給食用強化米, 白い発 芽胚芽米, 米ぬか油, かたくり粉, 普 通はるさめ(乾), さといも	なす, 青ピーマン, にんじん, ねぎ, 干し椎茸, とうもろこし(ｶｰﾎﾙ 冷凍), きゅうり, ごぼう, だいこん	798 kcal 27.8 g 24.0 g 2.0 g
15 木	発芽米入りご飯 牛乳 タンドリーチキン 五目豆煮 なめこと豆腐の味噌汁	牛乳, 鶏若鶏肉モモ(皮付き), ヨー グルト(全脂無糖), 大豆(国産、ゆ で), こんぶ, 絹ごし豆腐, 米みそ (淡色辛みそ)	給食用白米, 給食用強化米, 白い発 芽胚芽米, オリーブ油, 板こんにゃ く, 上白糖	にんじん, ごぼう, れんこん, 干し椎 茸, なめこ	781 kcal 31.0 g 24.3 g 2.6 g
16 金	ピラフ 牛乳 クリームシチュー フレンチサラダ	牛乳, 鶏若鶏肉モモ(皮なし)	給食用白米, 白い発芽胚芽米, 給食 用強化米, 有塩バター, じゃがいも	玉葱, にんじん, とうもろこし(ｶｰﾎﾙ 冷凍), 冷凍ほうれん草カット, レ タス, トマト	757 kcal 27.8 g 17.5 g 2.2 g
19 月	発芽米入りご飯 牛乳 オニオンソースがけハンバーグ トマトサラダ えのきと卵の味噌汁	牛乳, ハンバーグ(冷凍), たまご, 米 みそ(淡色辛みそ)	給食用白米, 給食用強化米, 白い発 芽胚芽米, 上白糖, 大豆油	玉葱, トマト, きゅうり, レタス, え のきたけ	782 kcal 28.8 g 23.3 g 2.9 g

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
20 火	味噌もやしラーメン 牛乳 焼きおにぎり ほうれん草のごま和え いちごゼリー	豚モモ(脂身付き), 牛乳	中華めん(ゆで), ごま油, 米ぬか油, 焼きおにぎり, ごま(乾), 上白糖	玉葱, にんじん, りょくとうもやし, とうもろこし(ｶｰﾎﾙ冷凍), きくら げ(乾), ほうれんそう(冷凍)	774 kcal 31.9 g 19.7 g 2.7 g
21 水	八宝菜丼 牛乳 野菜肉団子 もやしの卵スープ	豚モモ(脂身付き), 牛乳, たまご	米ぬか油, かたくり粉, 給食用白米, おおむぎ(押麦), 給食用強化米	にんじん, はくさい, 玉葱, 干し椎 茸, りょくとうもやし	770 kcal 31.8 g 23.4 g 2.2 g
22 木	発芽米入りご飯 牛乳 白身魚のチーズ焼き 大根のそぼろ煮 じゃが芋の味噌汁	牛乳, まだら 50g, ミックス チーズR, 豚ひき肉, 油揚げ, 米みそ (淡色辛みそ)	給食用白米, 給食用強化米, 白い発 芽胚芽米, 有塩バター, 上白糖, かた くり粉, じゃがいも	だいこん, にんじん, 冷凍インゲン	723 kcal 30.6 g 18.2 g 2.1 g
23 金	親子丼 牛乳 ブロッコリーﾋｰﾅｯﾂサラダ 豆腐とねぎの味噌汁	たまご, 鶏若鶏肉モモ(皮なし), 牛 乳, 木綿豆腐, 米みそ(淡色辛みそ)	上白糖, 給食用白米, 白い発芽胚芽 米, 給食用強化米, ピーナツあえの 素	玉葱, 糸みつば, 干し椎茸, しょうが (酢漬), 冷凍国産ミニブロッコ リー, にんじん, とうもろこし(ｶｰﾎﾙ 冷凍), ねぎ	754 kcal 33.5 g 19.7 g 3.4 g
26 月	発芽米入りご飯 牛乳 照り焼きチキン 五目きんぴら 卵と玉ねぎの味噌汁 マンゴーアセロラゼリー	牛乳, 照り焼きチキン, たまご, 米み そ(淡色辛みそ)	給食用白米, 給食用強化米, 白い発 芽胚芽米, しらたき, 米ぬか油, 上白 糖, ごま油, ごま(いり), アセロラ ゼリー	にんじん, ごぼう, れんこん(ゆで), 冷凍インゲン, とうがらし(乾), 玉 葱	763 kcal 26.3 g 19.8 g 2.4 g
27 火	カレーうどん 牛乳 いなり寿司 ほうれん草のごまサラダ ソフルブレーン	豚モモ(脂身付き), 油揚げ, 牛乳, ソ フルブレーン	うどん(ゆで), 米ぬか油, ごま(い り)	だいこん, にんじん, ねぎ, 冷凍ほう れん草カット, とうもろこし(ｶｰﾎﾙ 冷凍)	741 kcal 32.8 g 23.2 g 3.1 g
28 水	オムライス 牛乳 レタスサラダ ミネストローネ	鶏成鶏肉モモ(皮なし), オムライス 用薄焼き玉子, 牛乳, 国産冷凍大豆	給食用白米, 白い発芽胚芽米, 給食 用強化米, 大豆油, じゃがいも	玉葱, にんじん, レタス, きゅうり, とうもろこし(ｶｰﾎﾙ冷凍), トマト, トマト缶詰(ホール)	744 kcal 31.5 g 18.7 g 1.8 g
29 木	発芽米入りご飯 牛乳 鰯の西京焼き 肉じゃが 大根の味噌汁	牛乳, サワラ西京焼, 豚モモ(脂身付 き), 油揚げ, 米みそ(赤色辛みそ)	給食用白米, 給食用強化米, 白い発 芽胚芽米, じゃがいも, しらたき, 大 豆油, 上白糖	にんじん, 玉葱, 干し椎茸, 冷凍イン ゲン, だいこん	727 kcal 29.8 g 17.7 g 2.0 g
30 金	発芽米入りご飯 牛乳 とりたつぷりチーズハンバーグ ブロッコリーのピーナツサラダ かぶの味噌汁	牛乳, ハンバーグ(冷凍), プロセス チーズ, 油揚げ, 米みそ(淡色辛み そ)	給食用白米, 給食用強化米, 白い発 芽胚芽米, 有塩バター, かたくり粉, ピーナツあえの素	冷凍国産ミニブロッコリー, レタ ス, とうもろこし(ｶｰﾎﾙ冷凍), かぶ	799 kcal 29.9 g 25.8 g 2.6 g

※都合により献立を変更する場合があります。