



学校給食予定献立表

令和7年5月 小・中学校

鶴ヶ島市学校給食センター

日	曜	献立名			主な食品名			栄養価(小学校)		栄養価(中学校)		
		主食	飲料	おかず	赤のたべもの (体を作るもの)	黄色のたべもの (熱や力のもとになるもの)	緑のたべもの (体の調子をととのえるもの)	エネルギー (キカロリ)	たんぱく質 (グラム)	エネルギー (キカロリ)	たんぱく質 (グラム)	
1	木	ごはん	牛乳	けんちん汁 (小)あじ鶴茶フライ (中)さわらの鶴茶香り焼き 香味和え	牛乳 豚肉 豆腐 (小)あじ鶴茶フライ (中)さわらの鶴茶香り焼き	ごはん 油 ジャがいも 砂糖 ごま	にんじん ごぼう だいこん こんにやく ★根深ねぎ ★せん茶 ★きゅうり もやし こまつな しょうが にんにく	612	26.8	729	34.3	
2	金	ごはん	牛乳	鶏団子と豆腐のすまし汁 かしわ餅 [㊦] (小)かぶと型ハンバーグ (中)かつおの漁師揚げ たけのこごはんの具	牛乳 豆腐 鶏団子 (小)かぶと型ハンバーグ (中)かつおの漁師揚げ 鶏肉 油揚げ	ごはん 砂糖 (小)でん粉 油 かしわ餅	にんじん だいこん えのきたけ ★根深ねぎ ほうれんそう しょうが 乾しいたけ たけのこ えだまめ	760	31.6	889	39.4	
7	水	地粉うどん	牛乳	肉南蛮 (小)竹輪の磯辺揚げ (中)彩の国肉まん ごぶ漬け和え	牛乳 豚肉 油揚げ なると わかめ (小)あおさ (小)焼き竹輪	地粉うどん 砂糖 (小)小麦粉 (小)油 (中)彩の国肉まん	にんじん 乾しいたけ ほうれんそう ★根深ねぎ キャベツ こまつな ごぶ漬け	567	26.2	768	33.0	
8	木	子どもパン スライス	コーヒー ミルク	野菜スープ (小)チキンのハーブ焼き (中)野菜コロッケ ブロッコリーのサラダ	コーヒーミルク ベーコン 豚肉 (小)鶏肉	パン 油 砂糖 (中)野菜コロッケ	にんじん たまねぎ キャベツ ほうれんそう (小)にんにく とうもろこし ブロッコリー	563	24.6	739	24.1	
9	金	ごはん	牛乳	豚肉と生揚げの中華煮 (小)揚げぎょうざ (中)いわしの生姜煮 おかか和え	牛乳 豚肉 生揚げ (小)ぎょうざ (中)いわしの生姜煮	ごはん 油 ジャがいも 砂糖 でん粉	にんにく しょうが にんじん こんにやく ピーマン ★根深ねぎ もやし キャベツ	639	24.8	814	35.7	
12	月	ナン	牛乳	フォーのスープ (小)サモサ (中)チキンのハーブ焼き チャナマサラ(ビーンズカレー)	牛乳 鶏肉 えび 豚肉 ひよこまめ	ナン 米粉めん (小)サモサ 油 砂糖 米粉	乾しいたけ にんじん もやし こまつな にんにく しょうが たまねぎ	549	27.5	755	42.2	
13	火	ごはん	牛乳	マーボ豆腐 (小)シューマイ (中)揚げぎょうざ ナムル	牛乳 豚肉 豆腐 みそ (小)シューマイ (中)ぎょうざ	ごはん 油 砂糖 でん粉	にんにく しょうが にんじん たまねぎ 乾しいたけ たけのこ ★根深ねぎ もやし だいこん ほうれんそう	621	26.4	809	32.6	
14	水	ゆでスパゲティ	牛乳	キャベツのクリームスープ (小)ウインナー (中)チキンナゲット カラフルサラダ和え	牛乳 ベーコン チーズ 生クリーム (小)ウインナーソーセージ (中)チキンナゲット	スパゲティ 油 小麦粉 ジャがいも 砂糖	にんじん たまねぎ ぶなしめじ とうもろこし キャベツ ★きゅうり レモン	656	24.9	839	30.9	
15	木	ごはん	牛乳	五目スープ (小)鶴茶春巻 (中)シューマイ ピリ辛肉みそ丼の具	牛乳 豚肉 豆腐 鶏肉 みそ (中)シューマイ	ごはん でん粉 油 (小)鶴茶春巻 砂糖	にんじん たけのこ 乾しいたけ ★根深ねぎ こまつな しょうが (小)★せん茶 にんにく たまねぎ えだまめ	665	29.6	768	39.3	
16	金	ごはん	牛乳	かき玉汁 すき焼き煮 冷凍パインアップル	牛乳 鶏肉 豆腐 鶏卵 わかめ 豚肉 生揚げ	ごはん でん粉 油 砂糖	にんじん たまねぎ ★根深ねぎ しょうが しらたき バインアップル	599	27.1	724	33.0	
19	月	子どもパン	牛乳	米粉コーンスープ (小)若鶏の唐揚げ (中)オムレツチリソース 野菜サラダ	牛乳 鶏肉 脱脂粉乳 (中)オムレツ (中)豚肉	パン 油 ★ジャがいも 砂糖 米粉 (小)でん粉	たまねぎ とうもろこし (小)しょうが にんじん もやし キャベツ ★きゅうり	659	26.4	778	32.0	
20	火	ごはん	牛乳	鶴茶すいとん (小)さばの辛味焼き (中)さばのみそソースかけ ほうれんそうのごま和え	牛乳 鶏肉 油揚げ さば (中)みそ	ごはん ジャがいも すいとん ごま 砂糖 (中)油	にんじん だいこん ★抹茶 こまつな ほうれんそう もやし (中)しょうが	723	27.8	964	35.2	
21	水	ツイストパン	牛乳	ジュリエンスープ (小)チキンナゲット(焼) (中)若鶏の唐揚げ甘辛ソース サイダーゼリー入りフルーツポンチ	牛乳 鶏肉 (小)チキンナゲット	パン 油 ★ジャがいも レモンゼリー サイダーゼリー (中)でん粉 (中)砂糖	セロリー たまねぎ にんじん キャベツ りんご缶詰 もも缶詰 西洋なし缶詰 ナタデココ (中)しょうが	580	20.3	818	29.4	
22	木	ごはん	牛乳	ハヤシライス ハムとブロッコリーのソテー 豆乳プリン [㊦]	牛乳 豚肉 チーズ 生クリーム ハム	ごはん 油 ★ジャがいも 豆乳プリン	にんにく ★たまねぎ にんじん ブロッコリー	654	23.8	787	28.9	
23	金	ごはん	牛乳	キムチスープ おろし焼肉 冷凍りんご	牛乳 鶏肉 豆腐 豚肉	ごはん 油 砂糖 砂糖	にんじん たまねぎ はくさいキムチ しょうが にんにく りんご缶詰 ピーマン だいこん キャベツ りんご	618	27.7	743	33.6	
26	月	黒パン	牛乳	肉団子入りペネのトマト煮 アスパラ入り野菜炒め	牛乳 ミートボール 生クリーム	パン 油 小麦粉 ペンネ	にんにく ★たまねぎ にんじん ★トマト アスパラガス キャベツ とうもろこし	608	20.9			
27	火	ごはん	牛乳	なめこのみそ汁 (小)メンチカツ (中)あじさんが焼き かてめし	牛乳 豆腐 みそ (小)メンチカツ 油揚げ 焼き竹輪 (中)あじさんが焼き かてめし	ごはん 油 砂糖 (中)でん粉	にんじん だいこん なめこ ★根深ねぎ ほうれんそう ごぼう 乾しいたけ こんにやく	663	24.7	778	33.5	
28	水	中華めん	牛乳	みそラーメン (小)ショウロンポー (中)竹輪の磯辺揚げ 小松菜とツナのサラダ	牛乳 豚肉 なると みそ (小)ショウロンポー まぐろ油漬 (中)焼き竹輪 (中)あおさ	中華めん 油 砂糖 (中)小麦粉	にんにく しょうが にんじん ★根深ねぎ もやし たけのこ とうもろこし いら こまつな	562	26.4	753	35.2	
29	木	ごはん	牛乳	もずく汁 (小)チキンみそカツ (中)照焼きハンバーグ ポテトサラダ	牛乳 豆腐 (小)チキンみそカツ (中)ハンバーグ	ごはん 油 ★ジャがいも マヨネーズタイプドレッシング 砂糖 (中)でん粉	にんじん えのきたけ ★たまねぎ ほうれんそう もずく とうもろこし えだまめ ★きゅうり	580	24.1	813	30.5	
30	金	ごはん	牛乳	米粉ポークカレー バジル風味のサラダ アセロラゼリー [㊦]	牛乳 豚肉 鶏肉	ごはん 油 ジャがいも 砂糖 米粉 アセロラゼリー	にんにく しょうが セロリー ★たまねぎ にんじん ★トマト りんご缶詰 ブロッコリー キャベツ ★きゅうり バジル	670	25.8	806	31.3	
		小学校20回 中学校19回	献立は材料の関係で若干の変更または提供ができないことがあります。				平均栄養価		627	25.9	793	33.4

備考 主食(つけるものは除く)、飲料、㊦は、学校配送になります。★印のついた食品は、その全て、または一部に鶴ヶ島産のものを使用する予定です。

◆学校給食費口座振替日のお知らせ◆
5月分は6月30日(金)です。

◆学校給食食材の放射性物質検査結果◆
4月10日から4月23日までに測定を行った検体から、鶴ヶ島市が定める放射性セシウムの基準(給食食材40Bq/kg、牛乳10Bq/kg)を超える値は計測されませんでした。なお、検査結果の詳細は、市のホームページに掲載しています。

学校給食を
試食してみませんか？



まちづくり市民講座から学校給食センター
の見学と試食を申込みできます。

市ホームページよりお申込みください。

(市HP まちづくり市民講座)

問合先 : 学校給食センター 285-6596

未公開物件多数！最新の物件情報はこちらから▶



あなたの街の
株式会社 大成住宅
TAISEI

私たち大成住宅は
大成シティFC 坂戸
を応援しています！

お子様向けの
サッカー教室
開催中です。

〒350-2201 鶴ヶ島市富士見 2-11-8
0120-52-1777



広告募集中

(1枠 5,000円/月)

お問合せ 鶴ヶ島市学校給食センター
電話 049(285)6596