



2025年

5月のこんだて

給食費口座振替日 5月26日(月)

通帳残高を確認のうえ前日までに

入金してください

西脇市立学校給食センター

※西脇市は卵・乳アレルギーの対応をしています(献立表では対応食のあるメニューを塗りつぶし【ボ有】と表示しています)。

日	1日(木)	2日(金)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	12日(月)	13日(火)	14日(水)【ボ有】
こんだて	<input type="checkbox"/> パン <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう ホットドッグウインナー <input type="checkbox"/> エリンギスープ はるキャベツのカレーサラダ <input type="checkbox"/> ケチャップ	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう ★ とりのおちやからあげ <input type="checkbox"/> こんさいのみそしる ほうれんそうのごまあえ	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう さばのしおやき たけのこのすましじる もやしとしおひじきあえ <input type="checkbox"/> かしわもち	<input type="checkbox"/> パン <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう かぼちゃコロッケ <input type="checkbox"/> ポトフ にしわきいちごジャム	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう やきとりふう きんごまのみそしる アスパラサラダ	<input type="checkbox"/> パン <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう たまねぎソースハンバーグ <input type="checkbox"/> チンゲンサイのスープ <input type="checkbox"/> コーンサラダ	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう アスパラガス <input type="checkbox"/> ごぼう <input type="checkbox"/> かたくりこ <input type="checkbox"/> あぶら <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> しょうゆ <input type="checkbox"/> パインゼリー	<input type="checkbox"/> しそごはん <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう さわらのしおこうじやき <input type="checkbox"/> かきたまじる <input type="checkbox"/> えのきのあえもの
おかずのないよう	<input type="checkbox"/> ロングウインナー <input type="checkbox"/> あぶら <input type="checkbox"/> ベーコン <input type="checkbox"/> エリンギ <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> パセリ <input type="checkbox"/> コンソメスープ しお <input type="checkbox"/> はるキャベツ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> オリーブあぶら <input type="checkbox"/> さとう	<input type="checkbox"/> とりにく <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> こめこ <input type="checkbox"/> あぶら <input type="checkbox"/> しょうゆ さけ <input type="checkbox"/> こなちや <input type="checkbox"/> どうふ <input type="checkbox"/> さといも <input type="checkbox"/> だいこん <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> ごぼう <input type="checkbox"/> ねぎ <input type="checkbox"/> みそ <input type="checkbox"/> にぼし <input type="checkbox"/> ほうれんそう <input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> しょうゆ	<input type="checkbox"/> さば <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> ぶたにく <input type="checkbox"/> たけのこ <input type="checkbox"/> だいこん <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> ねぎ <input type="checkbox"/> かたくりこ <input type="checkbox"/> しょうゆ しお <input type="checkbox"/> さけ けずりぶし <input type="checkbox"/> だしこんぶ <input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> こまつな <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> しそひじき <input type="checkbox"/> しょうゆ こどもの日メニュー	<input type="checkbox"/> かぼちゃコロッケ <input type="checkbox"/> あぶら <input type="checkbox"/> にくだんご <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> だいこん <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> コーン <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> コンソメスープ <input type="checkbox"/> いちご <input type="checkbox"/> レモンかじゅう <input type="checkbox"/> さとう	<input type="checkbox"/> とりにく <input type="checkbox"/> ねぶかねぎ <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> かたくりこ <input type="checkbox"/> しょうゆ さけ みりん <input type="checkbox"/> ちくわ <input type="checkbox"/> さつまいも <input type="checkbox"/> だいこん <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> みそ <input type="checkbox"/> きんごま <input type="checkbox"/> にぼし <input type="checkbox"/> ツナ <input type="checkbox"/> アスパラガス <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> ノンエッグマヨネーズ <input type="checkbox"/> しょうゆ	<input type="checkbox"/> ハンバーグ <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> しょうゆ す <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> ポークハム <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> チンゲンサイ <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> ごまあぶら <input type="checkbox"/> ちゅうかスープ <input type="checkbox"/> しょうゆ <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> コーン <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> ノンエッグマヨネーズ <input type="checkbox"/> しょうゆ	<input type="checkbox"/> アスパラガス <input type="checkbox"/> ごぼう <input type="checkbox"/> かたくりこ <input type="checkbox"/> あぶら <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> しょうゆ <input type="checkbox"/> ぶたにく <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> こんにやく <input type="checkbox"/> あぶら <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> しょうゆ <input type="checkbox"/> さけ <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> にぼし	<input type="checkbox"/> しそごはんのもと <input type="checkbox"/> さわら <input type="checkbox"/> しおこうじ <input type="checkbox"/> さけ しょうゆ <input type="checkbox"/> たまご <input type="checkbox"/> どうふ <input type="checkbox"/> かまぼこ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> ねぎ <input type="checkbox"/> かたくりこ <input type="checkbox"/> しょうゆ しお <input type="checkbox"/> だしこんぶ <input type="checkbox"/> けずりぶし <input type="checkbox"/> チンゲンサイ <input type="checkbox"/> えのきたけ <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> ごまあぶら <input type="checkbox"/> しょうゆ
こんだて	<input type="checkbox"/> パン <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう オリコンカン <input type="checkbox"/> オニオンスープ <input type="checkbox"/> レタスのサラダ	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> ジョア(ブレーン) <input type="checkbox"/> チキンカレー <input type="checkbox"/> うみどはたけのサラダ <input type="checkbox"/> ふくじんづけ	<input type="checkbox"/> パン <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう とりにくのてりやき <input type="checkbox"/> ミネストローネ <input type="checkbox"/> コールスローサラダ	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう ちゃんぽんめん <input type="checkbox"/> ばんしゅうラーメン(しる) <input type="checkbox"/> ブロッコリーのごまあえ	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう <input type="checkbox"/> さつまいものこめこかきあげ <input type="checkbox"/> ぶたじる <input type="checkbox"/> てづくりひじきふりかけ	<input type="checkbox"/> パン <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう <input type="checkbox"/> しるみぎかなのジェノベーゼ <input type="checkbox"/> ボタージュ <input type="checkbox"/> こまつなのマヨネーズあえ	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう <input type="checkbox"/> ぎゅうすじコロッケ <input type="checkbox"/> たまねぎのすましじる <input type="checkbox"/> やさいのかりかりじゃこあえ <input type="checkbox"/> のりふりかけ	<input type="checkbox"/> パン <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう <input type="checkbox"/> フライドポテト <input type="checkbox"/> ドライカレー <input type="checkbox"/> だいこんサラダ
おかずのないよう	<input type="checkbox"/> ぶたにくミンチ <input type="checkbox"/> だいず <input type="checkbox"/> だいずフレーク <input type="checkbox"/> たまねぎ にんにく <input type="checkbox"/> バジルペースト <input type="checkbox"/> さとう あぶら ダイストマト ケチャップ ウスターソース テリパウダー こしょう <input type="checkbox"/> ベーコン <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> パセリ チキンブイオン しお しょうゆ <input type="checkbox"/> こしょう コンソメスープ <input type="checkbox"/> レタス きゅうり <input type="checkbox"/> コーン <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> イタリアンドレッシング	<input type="checkbox"/> とりにく <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> あぶら <input type="checkbox"/> カレールウ <input type="checkbox"/> カレーこ <input type="checkbox"/> とんかつソース <input type="checkbox"/> コンソメスープ <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> ツナ <input type="checkbox"/> だいず <input type="checkbox"/> ひじき <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> コーン <input type="checkbox"/> ノンエッグごまドレッシング <input type="checkbox"/> しょうゆ <input type="checkbox"/> ふくじんづけ	<input type="checkbox"/> とりにく <input type="checkbox"/> さとう あぶら <input type="checkbox"/> しょうゆ みりん <input type="checkbox"/> ベーコン <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> ねぎ <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> にぼし さけ <input type="checkbox"/> みりん しお <input type="checkbox"/> ポークブイオン <input type="checkbox"/> とりがらスープ <input type="checkbox"/> しょうゆ こしょう <input type="checkbox"/> ブロッコリー <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> しょうゆ	<input type="checkbox"/> ちゃんぽんめん <input type="checkbox"/> ごまあぶら <input type="checkbox"/> やきぶた <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> ねぎ <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> にぼし さけ <input type="checkbox"/> みりん しお <input type="checkbox"/> ポークブイオン <input type="checkbox"/> とりがらスープ <input type="checkbox"/> しょうゆ こしょう <input type="checkbox"/> ブロッコリー <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> しょうゆ	<input type="checkbox"/> ちりめんじゃこ <input type="checkbox"/> あおのり <input type="checkbox"/> だいず <input type="checkbox"/> さつまいも <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> こめこのてんぷらこ <input type="checkbox"/> あぶら <input type="checkbox"/> ぶたにく <input type="checkbox"/> だいこん <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> ごぼう ねぎ <input type="checkbox"/> こんにやく <input type="checkbox"/> みそ <input type="checkbox"/> にぼし <input type="checkbox"/> ひじき <input type="checkbox"/> しそごはんのもと <input type="checkbox"/> ごま さとう <input type="checkbox"/> しょうゆ みりん	<input type="checkbox"/> ホキ <input type="checkbox"/> バジルペースト <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> オリブあぶら <input type="checkbox"/> こしょう ワイン しお <input type="checkbox"/> ベーコン <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> にんじん パセリ <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> コーンペースト <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう <input type="checkbox"/> パター <input type="checkbox"/> こむぎこ <input type="checkbox"/> あぶら <input type="checkbox"/> しお こしょう コンソメスープ <input type="checkbox"/> ツナ <input type="checkbox"/> こまつな <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> ノンエッグマヨネーズ <input type="checkbox"/> しょうゆ	<input type="checkbox"/> ぎゅうすじコロッケ <input type="checkbox"/> あぶら <input type="checkbox"/> どうふ <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> えのきたけ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> ねぎ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> しょうゆ <input type="checkbox"/> だしこんぶ <input type="checkbox"/> けずりぶし <input type="checkbox"/> ちりめんじゃこ <input type="checkbox"/> チンゲンサイ <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> ごまあぶら <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> しょうゆ	<input type="checkbox"/> フライドポテト あぶら <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> とりにくミンチ <input type="checkbox"/> だいずフレーク <input type="checkbox"/> たまねぎ にんじん <input type="checkbox"/> コーン グリンピース <input type="checkbox"/> しょうが にんにく <input type="checkbox"/> あぶら こむぎこ さとう <input type="checkbox"/> カレールウ しょうゆ こしょう <input type="checkbox"/> とんかつソース ワイン しお <input type="checkbox"/> ケチャップ カレーこ <input type="checkbox"/> ツナ <input type="checkbox"/> だいこん にんじん <input type="checkbox"/> ほうれんそう <input type="checkbox"/> さとう オリブあぶら <input type="checkbox"/> りんごす しょうゆ <input type="checkbox"/> こしょう しお 口座振替日
こんだて	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう キムタクいため <input type="checkbox"/> ちゅうかスープ <input type="checkbox"/> きゅうりのちゅうかづけ	<input type="checkbox"/> わかめごはん <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう <input type="checkbox"/> あじのなんばんづけ <input type="checkbox"/> キャベツのみそしる <input type="checkbox"/> ポテトサラダ	<input type="checkbox"/> パン <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう コーングラタン <input type="checkbox"/> コロコロやさいのスープ <input type="checkbox"/> ブロッコリーサラダ	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> ジョア(マスカット) <input type="checkbox"/> たこやき <input type="checkbox"/> せんばじる <input type="checkbox"/> どてやきふう	<input type="checkbox"/> たこやき(小2中3こ) <input type="checkbox"/> あぶら さとう <input type="checkbox"/> とんかつソース <input type="checkbox"/> ウスターソース ケチャップ <input type="checkbox"/> さば <input type="checkbox"/> だいこん たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん えのきたけ <input type="checkbox"/> ねぶかねぎ しょうが <input type="checkbox"/> だしこんぶ さけ しお <input type="checkbox"/> けずりぶし しょうゆ <input type="checkbox"/> ぎゅうすじにく <input type="checkbox"/> こんにやく <input type="checkbox"/> ごぼう にんじん <input type="checkbox"/> ねぶかねぎ しょうが <input type="checkbox"/> さとう かたくりこ <input type="checkbox"/> しょうゆ みりん <input type="checkbox"/> さけ にぼし			
おかずのないよう	<input type="checkbox"/> ぶたにく <input type="checkbox"/> キムチ <input type="checkbox"/> たくあん <input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> ねぎ にんにく <input type="checkbox"/> ごまあぶら <input type="checkbox"/> かたくりこ <input type="checkbox"/> さけ しょうゆ <input type="checkbox"/> ベーコン <input type="checkbox"/> はるさめ <input type="checkbox"/> チンゲンサイ <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> ごまあぶら <input type="checkbox"/> しょうゆ しお <input type="checkbox"/> こしょう ちゅうかスープ <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> さとう ごまあぶら <input type="checkbox"/> しょうゆ す しお	<input type="checkbox"/> わかめごはんのもと <input type="checkbox"/> あじ <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> あぶら さとう <input type="checkbox"/> す しょうゆ とうがらし <input type="checkbox"/> あぶらあげ <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> たまねぎ ねぎ <input type="checkbox"/> えのきたけ <input type="checkbox"/> みそ <input type="checkbox"/> にぼし <input type="checkbox"/> チキンハム <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> ノンエッグマヨネーズ <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> す しお こしょう	<input type="checkbox"/> とりにく <input type="checkbox"/> たまねぎ コーン <input type="checkbox"/> マッシュルーム <input type="checkbox"/> パセリ <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう <input type="checkbox"/> チーズ <input type="checkbox"/> パター <input type="checkbox"/> こむぎこ <input type="checkbox"/> しお こしょう <input type="checkbox"/> ウインナー <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> たまねぎ にんじん <input type="checkbox"/> あぶら <input type="checkbox"/> しょうゆ しお <input type="checkbox"/> こしょう コンソメスープ <input type="checkbox"/> ブロッコリー <input type="checkbox"/> キャベツ にんじん <input type="checkbox"/> ノンエッグごまドレッシング <input type="checkbox"/> しょうゆ	<input type="checkbox"/> たこやき(小2中3こ) <input type="checkbox"/> あぶら さとう <input type="checkbox"/> とんかつソース <input type="checkbox"/> ウスターソース ケチャップ <input type="checkbox"/> さば <input type="checkbox"/> だいこん たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん えのきたけ <input type="checkbox"/> ねぶかねぎ しょうが <input type="checkbox"/> だしこんぶ さけ しお <input type="checkbox"/> けずりぶし しょうゆ <input type="checkbox"/> ぎゅうすじにく <input type="checkbox"/> こんにやく <input type="checkbox"/> ごぼう にんじん <input type="checkbox"/> ねぶかねぎ しょうが <input type="checkbox"/> さとう かたくりこ <input type="checkbox"/> しょうゆ みりん <input type="checkbox"/> さけ にぼし				

こどもの日メニュー

5月5日のこどもの日は、「こどもの成長を祝う日」です。「端午の節句」ともいい、かしわもちや、ちまきなどを食べる風習があります。給食では、5月7日に「こどもの日メニュー」として、かしわもちが登場します。成長をお祝いして、おいしくいただきましょう。

～ 今月使用する西脇市産の食材 ～

給食では、西脇ファーマーズブランドの農産物も積極的に使用しています。
※西脇市の環境に配慮した栽培方法で生産した農産物

※都合により食材が変更となる場合があります。

- 印・・・おもにからだをつくるものとなるしよくひん
- 印・・・おもにエネルギーのもととなるしよくひん
- △印・・・おもにからだのちょうしをととのえるものとなるしよくひん
- ★印・・・あたらしいメニュー
- ☺印・・・かみかみメニュー

5月の平均栄養供給量 () は文部科学省基準

	小学校	中学校
エネルギー	591kcal (650)	751kcal (830)
たんぱく質	22.9g (26.8)	28.1g (34.3)

5月の給食目標

気持ちのよい
給食時間にしよう

→裏面へ