



2026年 5月 こんだてひょう

魚津市
学校給食
センター
HP →

*そば、生卵、ピーナッツ、くるみ、いくら、キウイフルーツは、魚津市の学校給食には使用しません。

予定献立名		使用する食品名		
		(赤)おもに体をつくる	(緑)おもに体の調子を整える	(黄)おもにエネルギーのもとになる
1 金	たけのこ ごはん 牛乳 ・あじフライ ・まめみそあえ ・まいたけのすましじる ・かしわもち こどもの日献立	牛乳 あじ だいず とうふ かまぼこ あずき かんてん みそ うすあげ とりにく	たけのこ もやし きゅうり にんじん えだまめ しょうが まいたけ だいこん こまつな	ごはん パンこ こむぎこ あぶら さとう でんぶん こめこ
7 木	うおづ りんごパン 牛乳 ・タンダリーチキン ・いりだいずサラダ ・クリームシチュー	牛乳 とりにく だいず ベーコン だっしふんにゅう	りんご にんにく しょうが キャベツ カリフラワー こまつな たまねぎ にんじん アスパラガス	パン ハンエッグマヨネーズ さとう あぶら じゃがいも ルウ
8 金	ふふふ ごはん 牛乳 ・いわしのしょうがに ・ひじきサラダ ・みそけんちんじる	牛乳 いわし ひじき もめんどうふ みそ こんぶ	キャベツ こまつな にんじん だいこん とうもろこし ごぼう ねぎ しめじ しょうが	ごはん さとう こんにやく ハンエッグマヨネーズ さつまいも でんぶん
11 月	A校:こめこパン B校:コッペパン 牛乳 ・メンチカツ ・にしよくポテトサラダ ・やさいスープ	牛乳 ぶたにく ベーコン	きゅうり キャベツ にんじん たまねぎ チンゲンサイ	パン こめこ パンこ さとう こむぎこ あぶら じゃがいも ハンエッグマヨネーズ
12 火	ふふふ ごはん 牛乳 ・ぶたにくのしょうがいため ・やさいのごまだれ ・じゃがいものみそじる ・うおづのりんごヨーグルト	牛乳 ぶたにく あかみそ あつあげ こんぶ みそ ヨーグルト	たまねぎ にんにく しょうが にら キャベツ もやし にんじん えのきだけ りんご	ごはん はるさめ あぶら さとう こんにやく ごま じゃがいも
13 水	ふふふ ごはん 牛乳 ・えびシューマイ ・なめこいりおひたし ・あつあげのちゅうかに	牛乳 えび ぶたにく すけとうだら あつあげ	たまねぎ にんじん こまつな なめこ もやし にんにく しょうが だいこん たけのこ さやいんげん きくらげ	ごはん あぶら こんにやく でんぶん ごまあぶら パンこ こむぎこ みずあめ
14 木	パック ちゅうかめん 牛乳 ・みそラーメン ・とりにくとだいずのあげがらめ ・きりほしだいこんのナムル うおづの日 ・(中のみ)とうにゅうプリン(きりほしだいこん)	牛乳 ベーコン みそ とりにく だいず とうにゅう	しょうが にんじん キャベツ きくらげ ねぎ チンゲンサイ メンマ にんにく きりほしだいこん もやし こまつな	ちゅうかめん あぶら でんぶん さとう ごまあぶら みずあめ
15 金	ふふふ ごはん 牛乳 ・さばのぎんがみやき ・さつまいものごまあえ ・わかめスープ	牛乳 さば みそ わかめ もめんどうふ	にんじん えだまめ しめじ もやし	ごはん さとう こめこ さつまいも こんにやく ごま
18 月	ふふふ ごはん 牛乳 ・あつやきたまご ・やさいのオーロラソース ・じゃがいもとだいこんのそぼろに ・(中のみ)なっとう	牛乳 たまご とりにく なっとう	キャベツ ブロッコリー きゅうり にんじん とうもろこし だいこん たまねぎ しょうが ほししいたけ たけのこ グリンピース	ごはん でんぶん さとう ハンエッグマヨネーズ じゃがいも あぶら
19 火	むぎいり ごはん 牛乳 ・カレー ・ほたるいかフライ うおづモリモリ ・コールスローサラダ ランチの日	牛乳 ぶたにく ほたるいか	たまねぎ にんじん にんにく しょうが ほうれんそう キャベツ きゅうり ブロッコリー とうもろこし レモン	ごはん むぎ じゃがいも さとう あぶら ルウ パンこ
20 水	ふふふ ごはん 牛乳 ・ふくらぎのみそマヨネーズやき ・グリーンポテト ・とうふのすましじる	牛乳 ふくらぎ みそ あおのり とうふ とりにく	にんじん たまねぎ えのきだけ こまつな	ごはん ハンエッグマヨネーズ あぶら じゃがいも
21 木	A校:コッペパン B校:こめこパン 牛乳 ・ハンバーグのケチャップソースがけ ・アーモンドサラダ ・さつまいものとうにゅうスープ	牛乳 とりにく ぶたにく ベーコン とうにゅう	こまつな キャベツ にんじん レモン とうもろこし たまねぎ トマト ほうれんそう にんにく しょうが	パン ラード さとう でんぶん アーモンド あぶら さつまいも こめこ
22 金	ふふふ ごはん 牛乳 ・ハムカツ ・きりほしだいこんのいために ・ぶたにくとやさいのうまに	牛乳 ぶたにく かまぼこ だいずこ	きりほしだいこん にんじん たまねぎ こまつな だいこん たけのこ きくらげ チンゲンサイ にんにく	ごはん あぶら さとう こんにやく パンこ でんぶん
25 月	ロールパン 牛乳 ・やきそば ・ししゃもフライ ・はなやさいサラダ	牛乳 ぶたにく ししゃも	キャベツ たまねぎ もやし にんじん にら ブロッコリー きゅうり カリフラワー とうもろこし	パン ちゅうかめん あぶら パンこ こむぎこ さとう
26 火	ふふふ ごはん 牛乳 ・ポークフランク ・あかじそあえ ・ごもくスープ ・マラーカオ	牛乳 ポークフランク たまご	だいこん キャベツ きゅうり にんじん あかじそ たけのこ もやし きくらげ チンゲンサイ	ごはん さとう でんぶん こむぎこ みずあめ
27 水	ふふふ ごはん 牛乳 ・さかなのかばやき ・ごぼうサラダ ・ぶたじる	牛乳 ホキ ぶたにく やきどうふ みそ こんぶ	ごぼう にんじん きゅうり キャベツ だいこん しょうが ねぎ	ごはん でんぶん あぶら さとう ハンエッグマヨネーズ ごま じゃがいも こんにやく
28 木	コッペパン 牛乳 ・オムレツ ・ビーフソテー ・ミネストローネ	牛乳 たまご とりにく ベーコン	チンゲンサイ にんじん キャベツ たまねぎ セロリー さやいんげん トマト	パン さとう ビーフン あぶら じゃがいも マカロニ でんぶん
29 金	ふふふ ごはん 牛乳 ・やきにく ・コーンいりおひたし ・たきあわせ	牛乳 ぶたにく みそ かまぼこ がんもどき	しょうが はくさい たまねぎ たけのこ にら こまつな キャベツ にんじん とうもろこし だいこん きくらげ さやいんげん	ごはん こんにやく あぶら さとう ごまあぶら じゃがいも こんにやく

※都合により献立を変更することがあります。 ※ は、地場産物です。 ※ごはんは、魚津産の「富富富」を使用しています。

※ A校…西部中、星の杜小、よつば小、センター ※ B校…東部中、清流小、道下小、経田小