



2026年度 5月 献立表



町田市立鶴間小学校
校長 杉本 勉
栄養士

日曜日	献立表		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			
<p>◇ 5月も まち☆ベジを たくさん食べよう! ◇</p> <p>町田市ではいろいろな野菜が育ち、収穫されていて、それらの野菜を『まち☆ベジ』と呼んでいます。 今月は、『玉ねぎ』、『きゅうり』、『ゆず果汁』、『白菜キムチ漬け』、『たくあん干し大根漬け』、 『ゆずはちみつゼリー』がまち☆ベジです! お楽しみに!</p>  <p>このマークが目印!</p>									
1	金	◇ 季節の給食【5月】 ~八十八夜~ ◇ ◇しらすとわかめのお茶漬け ツナとキャベツの和え物 5月1日は『八十八夜』! 八十八夜とは、立春から数えて八十八日目のことです。今回は『お茶漬け』にさせていただきます♪	大豆、きな粉、まぐろツナ	牛乳、しらす、わかめ	米、おおむぎ、かたくり粉、さつまいも、砂糖	油、エッグゲアマヨネーズ	みつば	キャベツ、玉ねぎ、きゅうり	521 kcal 18.1 g 16.9 g 2.4 g
4	月	みどりの日							
5	火	こどもの日							
6	水	振替休日							
7	木	ジョア(プレーン味) 手作り福神漬け ◇ぴよぴよチキンカレーライス くだもの カラマンダリン 『ひよこ豆』のに入ったカレーライス! カレーと一緒に煮込むことでお豆が苦手な人にも食べやすく仕上げました♪	鶏肉、ひよこ豆	ジョア(プレーン)	米、おおむぎ、じゃがいも、小麦粉、砂糖	油、バター	人参、トマト(缶詰)	にんにく、しょうが、玉ねぎ、りんご、大根、きゅうり、れんこん、なす、カラマンダリン	554 kcal 18.4 g 12.3 g 2.4 g
8	金	牛乳 さばのみそ煮 けんちん汁 ごはん 青菜の磯香和え	さば、みそ、豆腐、油揚げ	牛乳、のり	米、砂糖、じゃがいも、さといも、板こんにやく	油	小松菜、人参	しょうが、白菜、もやし、大根、ねぎ	591 kcal 22.6 g 23.0 g 2.7 g
11	月	牛乳 中華わかめサラダ ねぎ塩豚丼 大学芋 	豚肉	牛乳、わかめ	米、おおむぎ、しらたき、砂糖、かたくり粉、さつまいも、水あめ	ごま油、油、ごま	人参	しょうが、にんにく、玉ねぎ、ねぎ、もやし、キャベツ、レモン、きゅうり	592 kcal 17.8 g 18.9 g 2.4 g
12	火	牛乳 油カレイのからあげ しょうが豚汁 ごはん 3色おひたし	油カレイ、花かつお、豚肉、豆腐、みそ	牛乳	米、米粉、かたくり粉、じゃがいも、つきこんにやく	ごま油、油	人参、小松菜	しょうが、にんにく、もやし、大根、ねぎ	535 kcal 24.6 g 16.4 g 2.1 g
13	水	牛乳 オレンジサラダ ミルキートースト 具たくさんポトフ 	ベーコン、豚肉、ウィンナー	牛乳、スキムミルク、加糖練乳	食パン、砂糖、じゃがいも	バター、オリーブ油	人参	白菜、キャベツ、きゅうり、玉ねぎ、レモン、みかん(缶詰)、かぶ	539 kcal 20.6 g 24.9 g 2.2 g
14	木	牛乳 町田産ゆず塩肉じゃが 野菜の梅かつお和え ごはん ◇スタミナ納豆 町田ではおなじみの『スタミナ納豆』! 白いごはんが進むメニューです!	豚肉、挽きわり納豆、みそ、花かつお	牛乳	米、じゃがいも、仙台麩、つきこんにやく、砂糖	油、ごま油、ごま	人参、さやいんげん、なら、小松菜	玉ねぎ、ゆず、にんにく、しょうが、ねぎ、もやし、白菜、ねり梅	644 kcal 25.1 g 24.4 g 2.1 g
15	金	牛乳 いかチリ 中華風コーンスープ 	いか、豚肉、豆腐、たまご	牛乳、わかめ	米、小麦粉、かたくり粉、砂糖	油、ごま油	人参	しょうが、にんにく、ねぎ、もやし、きゅうり、玉ねぎ、大根、コーン	563 kcal 23.6 g 17.7 g 2.3 g
18	月	牛乳 ベイクドガーリックポテト ミートソーススパゲティ ハニーサラダ 	大豆ミート、豚肉	牛乳	スパゲティ、パン粉、小麦粉、じゃがいも、砂糖、はちみつ	オリーブ油、油、バター	人参、トマト(缶詰)	しょうが、にんにく、セロリ、玉ねぎ、マッシュルーム(水煮)、白菜、キャベツ、きゅうり	537 kcal 22.3 g 18.8 g 2.6 g
19	火	牛乳 トッポギの中華たまごスープ ビビンバ ◇シュワシュワフルーツポンチ 運動会の練習もラストパート! 大人気の『シュワシュワフルーツポンチ』を食べて残りの練習もがんばろう!	豚肉、油揚げ、豆腐、たまご	牛乳	米、おおむぎ、砂糖、かたくり粉、トッポギ	油、ごま油、ごま	人参、小松菜	にんにく、しょうが、ぜんまい、もやし、大根、えのき、白菜、ねぎ、フルーツ缶詰(みかん/りんご/パイナップル)、レモン	558 kcal 18.7 g 17.6 g 2.2 g
20	水	牛乳 豆かりんとう ◇奄美の鶏飯 はりはり漬け 鶏飯は鹿児島奄美群島で食べられている郷土料理! 混ぜごはんの上にスープをかけていただきます。	油揚げ、たまご、鶏肉、大豆、ひよこ豆	牛乳	米、おおむぎ、砂糖、かたくり粉	油、ごま	葉ねぎ、人参	干し椎茸、たくあん干し大根漬け、もやし、きゅうり、切干大根	524 kcal 22.7 g 18.1 g 2.7 g



2026年度 5月 献立表



町田市立鶴間小学校
校長 杉本 勉
栄養士

日曜日	曜日	献立表	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	
21	木	牛乳 カリカリ玄米サラダ ◇キムタクごはん ビーフンスープ 給食界のキムタクといえば、『キムチ』と『たくあん』！大人気の混ぜごはんです！	豚肉、豆腐	牛乳	米、おおむぎ、砂糖、がちつとモチ玄米、ビーフン、かたくり粉	ごま油 人参	しょうが、白菜キムチ漬け、たくあん干し大根漬、白菜、もやし、コーン、たけのこ(水煮)、干し椎茸、ねぎ 505 kcal 17.4 g 16.6 g 3.1 g
22	金	◇運動会応援メニュー◇ ジョア(ブルーベリー味) お豆と米粉マカロニのスパイススープ 町田産ゆずはちみつゼリー(既製品) 明日は運動会！たくさん練習した成果を発揮できるように 給食室でも応援の気持ちを込めて『とんかつパーガー』を作ります！	豚肉、ベーコン、大豆、ひよこ豆	ジョア(ブルーベリー)	丸パン、小麦粉、パン粉、米粉パスタ、町田産花ゆずゼリー	油、オリーブ油 人参、トマト(缶詰)	キャベツ、玉ねぎ、にんにく、かぶ 595 kcal 24.0 g 15.8 g 2.0 g
25	月	振替休業日					
26	火	牛乳 カリカリ大豆サラダ チキンライス オニオンスープ	鶏肉、ウィンナー、大豆	牛乳	米、おおむぎ、砂糖、じゃがいも、米粉パスタ	バター、オリーブ油、油 人参	玉ねぎ、マッシュルーム(水煮)、白菜、キャベツ、大根 506 kcal 18.2 g 17.2 g 2.1 g
27	水	牛乳 白身魚の磯マヨネーズ焼き ごろっとかぼちゃとれんこんの利休汁 ごはん かぶのレモン醤油和え	助宗たら、みそ	牛乳、青のり	米、砂糖、じゃがいも、板こんにゃく	エッグケアマヨネーズ、油、白ねりごま 人参、かぼちゃ	白菜、キャベツ、かぶ、きゅうり、レモン、大根、れんこん、ねぎ 531 kcal 22.1 g 19.2 g 2.3 g
28	木	牛乳 ゆかりだいこん サンマー麺 ◇はちみつカップケーキ 今が旬のはちみつを使用した手作りカップケーキ！給食室で心を込めて作ります♪	豚肉、たまご	牛乳	冷凍ラーメン、かたくり粉、小麦粉、砂糖、はちみつ	ごま油、油、バター 人参、にら	にんにく、しょうが、たけのこ(水煮)、えのき、もやし、ねぎ、大根 570 kcal 20.1 g 21.5 g 2.7 g
29	金	牛乳 町田産キムチ豆腐 くだもの ニューサマーオレンジ ごはん きゅうりの華風漬	豚肉、豆腐	牛乳	米、かたくり粉、砂糖	油、ごま油 人参、にら	えのき、ねぎ、白菜キムチ漬け、大根、きゅうり、ニューサマーオレンジ 531 kcal 19.9 g 19.7 g 2.1 g

◎天候、価格などの理由により予定している食材、献立の内容が変更することがあります。あらかじめご了承ください。

◎給食でのアレルギー対応（除去食）を行っています。給食での食物アレルギー対応について変更があった場合にはご連絡ください。

〈2026年4月8日～4月27日〉 給食使用食材産地一覧

食材名	産地	食材名	産地
野菜類！		にんにく	青森県
アスパラ	福島県	ねぎ	群馬県、埼玉県
えのき	長野県	もやし	栃木
かさな	群馬県	果物類！	
キャベツ	神奈川県、愛知県	いちご	群馬県
きゅうり	群馬県	カラマンダリン	愛媛県
小松菜	東京都、神奈川県	清見オレンジ	愛媛県
さやいんげん	千葉県	デコポン	熊本県
さやえんどう	静岡県	りんご	青森県
しめじ	国産	米類！	
じゃがいも	鹿児島県、長崎県	精白米	北海道(ななつぼし)
しょうが	高知県	もち米	国産
セロリ	静岡県、福岡県	肉類！	
大根	茨城県、千葉県	鶏肉	岩手県
たけのこ	福岡県	豚肉	群馬県、神奈川県
玉ねぎ	北海道	魚介類！	
にら	茨城県	銀鮭	チリ
にんじん	北海道、静岡県、徳島県	さわら	韓国

* 毎日必要なものと給食当番の白衣についてのお願い *

- 給食がある日は
ランチョンマット・口ふき用のミニタオル・マスク
を給食袋（巾着袋）に入れて持たせてください。
ランチョンマットとミニタオルは、毎日、清潔なものを準備してください。
マスクは、給食当番のときなどに使用しますので、給食袋に入れておいてください。
洗って繰り返し使える布マスクでも構いません。
- 給食当番になった週の最後に、当番の白衣を持ち帰ります。
洗濯、アイロンがけをしたら、翌週のはじめに忘れずに持たせてください。
- 白衣はみんなで使用しますので、ほつれやボタンのゆるみがあるものがありましたら、修繕にご協力いただければ幸いです。
ご協力をお願いいたします。

