


5月 舎食予定献立表

2025. 5月 熊本県立松橋支援学校

日	曜	朝 食 エネルギー	昼食	夕 食 エネルギー	備考
1	木	麦ごはん みそ汁（豆腐・なめこ・油あげ） いわし梅煮 人参金平 561kcal	 <div data-bbox="964 462 1359 625"> <p>5月5日は端午の節句 （こどもの日）です。</p> </div> <p>端午の節句（たんごのせっく）は主に「こどもの日」としてこどもの健康や健やかな成長を願う日です。この端午の節句には、「ちまき」や「柏餅」を食べる習慣があります。</p> <p>「ちまき」は、ちまきを包む笹の葉に、殺菌作用があることで健康によいと考えられていたことから、「柏餅」は、柏の葉が新芽が出ないと古い葉が落ちないため、家系が途絶えないという「縁起かつぎ」からきているようです。</p>	麦ごはん 春雨汁 肉じゃが ししゃもフリッター 海藻サラダ 687kcal	
2	金	麦ごはん みそ汁（えのき・わかめ・あげ） 千草焼き 小松菜とじゃこのソテー 526kcal			
3	土	憲法記念日			
4	日	みどりの日			
5	月	こどもの日			
6	火	振替休日			
7	水			麦ごはん みそけんちん汁 白身魚と野菜の揚げ煮 にら玉 ひじきサラダ 598kcal	
8	木	麦ごはん みそ汁（じゃがいも・わかめ・玉ねぎ） れんこんいり平つくね 金平ごぼう 586kcal		麦ごはん 節そうめん汁 ピーマンの肉詰め 若竹煮 ツナと野菜の和え物 617kcal	
9	金	麦ごはん 味噌汁（きゃべつ・わかめ。玉ねぎ） スペイン風オムレツ しめじのソテー 551kcal			
10	土				
11	日				
12	月				
13	火			鮭コーンライス 野菜スープ 塩からあげ コールスローサラダ お楽しみケーキ 688kcal	誕生会
14	水	麦ごはん みそ汁（なす・えのき・あげ） 五目さんぴら包み 竹輪と野菜の煮物 576kcal		麦ごはん かきたま汁 魚のマヨチーズ焼き 切り干し大根の煮物 きゅうりの昆布あえ 664kcal	
15	木	麦ごはん みそ汁（しめじ・わかめ） トマトオムレツ ソーセージソテー 608Kcal		麦ごはん 魚そうめん汁 鶏となすのガーリック炒 天平の煮物 ごぼうサラダ 605kcal	

舎食回数 朝6回、夕6回

※献立は変更される場合があります。

日	曜	朝 食 エネルギー	昼食	夕 食 エネルギー	備考
16	金	麦ごはん すまし汁（豆腐・えのき・わかめ） さばのごま味噌煮 煮なます 592kcal	* 5月が旬の食材 * ・アスパラガス ・スナップえんどう ・グリーンピース ・たけのこ ・そらまめ ・にら ・メロン ・ばんかん など   	麦ごはん わかめスープ しゅうまい 牛肉とピーマンの炒め物 バンバンジー 607kcal	
17	土	麦ごはん みそ汁（じゃがいも・わかめ・玉ねぎ） 鶏の照り焼チキンパティ ひじきの炒り煮 591kcal			運動会
18	日				
19	月			麦ごはん 豚汁 魚のホイル焼き 菜焼き 春雨の酢の物 643Kcal	
20	火	麦ごはん みそ汁（かぼちゃ・玉ねぎ・豆腐） 信田煮 こんにゃくの炒り煮 596kcal		中華丼（ごはん） スーミータン 米粉入り春巻き ナムル 681Kcal	
21	水	麦ごはん みそ汁（大根・わかめ・油あげ） いかねぎ焼き キャベツとツナの炒め物 581kcal		麦ごはん チンゲンサイのスープ かぼちゃの煮物 ごまじゃこサラダ 五目きんぴら 601Kcal	
22	木	麦ごはん みそ汁（厚揚げ・しめじ・ねぎ） しらすの玉子寄せ 野菜のソテー 納豆 547kcal		麦ごはん すまし汁 豚肉の中華焼き ひじきの炒り煮 キャベツの甘酢 697kcal	
23	金	麦ごはん みそ汁（えのき・わかめ・油あげ） いわしのかぼすレモン煮 じゃがいもの金平 572kcal			
24	土				
25	日				
26	月			カレーライス（うずら卵添え） 五目スープ れんこんサラダ ヨーグルト 730kcal	
27	火	麦ごはん みそ汁（豆腐・わかめ・油あげ） ミートボールのケチャップ炒め チンゲン菜のソ 534kcal		麦ごはん えのきのすまし汁 さばのソース煮 筑前煮 ピリ辛きゅうり 608kcal	
28	水	麦ごはん みそ汁（じゃがいも・わかめ・玉ねぎ） いわしの生姜煮 金平ごぼう 542kcal		ひじきの混ぜごはん たぬき汁 チキン南蛮 オクラのごま和え 647kcal	
29	木	麦ごはん みそ汁（キャベツ・わかめ・玉ねぎ） 厚焼き玉子 切り干し大根の煮物 547kcal		麦ごはん 中華スープ マーボー豆腐 バンサンスー なすの味噌炒め 644kcal	
30	金	麦ごはん みそ汁（かぼちゃ・玉ねぎ・豆腐） 鶏肉のピカタ ブロッコリーのソテー 552kcal			
31	土				

舎食回数 朝10回、夕9回

※献立は変更される場合があります。