令和7年度　　小学校

学校給食献立表

5月

食物アレルギーの表示について

特定原材料（8品目）および特定原材料に準ずるもの（20品目）を記載しています。（原則としてそば・落花生・くるみは使用していません。）
コンタミネーションおよびその他の注意喚起については別途「加工食品配合割合表」をご確認ください。

〈特定原材料8品目〉
卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに・くるみ
〈特定原材料に準ずるもの20品目〉
アーモンド・あわび・いか・いくら・オレンジ・カシューナッツ・キウイフルーツ・牛肉・ごま・さけ・さば・ゼラチン・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・マカダミアナッツ・もも・やまいも・りんご

奈良市教育委員会　保健給食課　0742-34-4830

☆小学校はA班とB班に分け、ごはん、パンの組み合わせで市内同じ献立で、実施しています。班分けは下記の通りです。

A班	椿井・飛鳥・鼓阪・佐保・大宮・都跡・平城・鶴舞・登美ケ丘・青和 東登美ケ丘・二名・西大寺北・平城西・大安寺西・朱雀・鼓阪北・佐保台 佐保川・左京・ならやま
B班	月ケ瀬・都祁・田原・富雄第三・済美・大安寺・東市・辰市・明治・帯解 伏見・富雄南・富雄北・柳生・興東・あやめ池・鳥見・六条・三碓・済美南 伏見南

日	献立名	食品名	1人分(g)	アレルゲン
A1日(木)	パン	パン(低81g・高95g)	1こ	小麦・乳・大豆
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう(200ml)	1ぽん	乳
	にくだんご	にくだんご(1こ25g)	2こ	小麦・大豆・鶏肉・ごま
	タイピーエン	ぶたにく	20	豚肉
		つちしょうが	0.5	
		ごまあぶら	0.5	ごま
		おろしにんにく	0.06	
		しお	0.06	
		こしょう	0.05	
		さけ	1	
		たまねぎ	25	
		にんじん	5	
		ほししいたけ	0.5	
		キャベツ	30	
		チンゲンサイ	5	
		かまぼこ	5	
		うずらたまご	20	卵
		はるさめ	10	
		ちゅうかスープ	1.7	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま
		こいくちしょうゆ	0.5	小麦・大豆
		うすくちしょうゆ	2	小麦・大豆
		かたくりこ	0.5	
		しいたけのもどしじる	10	
		みず	30	
B2日(金)	ブルーベリージャム	ブルーベリージャム(15g)	1ふくろ	
A2日(金)	ごはん	こめ(奈良市産)	80	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう(200ml)	1ぽん	乳
	さわらのあまからだれ	さわら(でんぷんつき)	30	
		あげあぶら		
		さとう	2	
		こいくちしょうゆ	2	小麦・大豆
		みりん	2	
		みず	1.3	
	だけのこごぼんのぐ	とりにく	10	鶏肉
		サラダあぶら	0.5	
		さけ	1	
		たけのこ	10	
		あぶらあげ	8	大豆
		いとこんにゃく	10	
		にんじん	10	
		ほししいたけ	0.3	
		さとう	3.5	
		こいくちしょうゆ	1.5	小麦・大豆
		うすくちしょうゆ	2	小麦・大豆
		みりん	1	
		みず	8	
B1日(木)	わかめのみそしる	とうふ	25	大豆
		あぶらあげ	6	大豆
		たまねぎ	20	
		あおねぎ	3	
		ほしわかめ	0.5	
		うるめぶし	3.3	
		みそ	7	大豆
		しろみそ	1	大豆
		みず	110	
	かしわもち	かしわもち(30g)	1こ	
A7日(水)	ごはん	こめ(奈良市産)	80	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう(200ml)	1ぽん	乳
	ハヤシライス	ぶたにく	15	豚肉
		しお	0.1	
		こしょう	0.03	
		ガーリック	0.03	大豆
		あかぶどうしゅ	1	
		サラダあぶら	0.3	
		じゃがいも	50	
		たまねぎ	45	
		にんじん	10	
		コンソメ	1.5	小麦・大豆・鶏肉
		こむぎこ	4	小麦
		バター	4	乳
		ゆ	30	
		さとう	0.3	
		トマトピューレ	4	
		トマトケチャップ	8	
		ウスターソース	1	
		だっしふんにゅう	2	乳
		パプリカ	0.03	
		なまクリーム	1	乳・大豆
		みず	35	
	コールスローサラダ	キャベツ	40	
		にんじん	5	
		ホールコーン	5	
		コールスロードレッシング	7	
	ヨーグルトクレープ	ヨーグルトクレープ(35g)	1こ	大豆
B7日(水)	パン	パン(低81g・高95g)	1こ	小麦・乳・大豆
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう(200ml)	1ぽん	乳
	ブラウンシチュー	ぶたにく	15	豚肉
		しお	0.1	
		こしょう	0.03	
		ガーリック	0.03	大豆
		あかぶどうしゅ	1	
		サラダあぶら	0.3	
		じゃがいも	50	
		たまねぎ	45	
		にんじん	10	
		コンソメ	1.5	小麦・大豆・鶏肉
		こむぎこ	4	小麦
		バター	4	乳
		ゆ	30	
		さとう	0.3	
		トマトピューレ	4	
		トマトケチャップ	8	
		ウスターソース	1	
		だっしふんにゅう	2	乳
		パプリカ	0.03	
		なまクリーム	1	乳・大豆
		みず	35	
	コールスローサラダ	キャベツ	40	
		にんじん	5	
		ホールコーン	5	
		コールスロードレッシング	7	
	ヨーグルトクレープ	ヨーグルトクレープ(35g)	1こ	大豆
A8日(木)	あげパン	パン(81g)	1こ	小麦・乳・大豆
		あげあぶら		
		グラニューとう	6	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう(200ml)	1ぽん	乳
	コーンしゅうまい	コーンしゅうまい(1こ30g)	1こ	小麦・大豆・豚肉
	スープに	ぶたにく	15	豚肉
		サラダあぶら	0.3	
		じゃがいも	45	
		たまねぎ	45	
		キャベツ	40	
		にんじん	15	
		ホールコーン	5	
		コンソメ	1.3	小麦・大豆・鶏肉
		こしょう	0.03	
		うすくちしょうゆ	0.2	小麦・大豆
		みず	40	
B9日(金)				
A9日(金)	ごはん	こめ(奈良市産)	80	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう(200ml)	1ぽん	乳
	まぐろのそぼろに	まぐろあぶらづけ	40	
		つちしょうが	0.26	
		さとう	1	
		こいくちしょうゆ	1	小麦・大豆
		みりん	0.5	
	あおなのにびたし	キャベツ	40	
		チンゲンサイ	10	
		ひらてん	8	
		あぶらあげ	6	大豆
		うるめぶし	0.5	
		こいくちしょうゆ	2.5	小麦・大豆
		うすくちしょうゆ	0.5	小麦・大豆
		みりん	1.5	
		さとう	0.5	
		みず	5	
B8日(木)	ぶたじる	ぶたにく	10	豚肉
		あぶらあげ	5	大豆
		きりぼしだいこん	1.5	
		にんじん	10	
		つきこんにゃく	10	
		ごぼう	15	
		あおねぎ	3	
		うるめぶし	2	
		みそ	7	大豆
		しろみそ	1	大豆
		あかみそ	1	大豆
		みず	120	
A12日(月)	ごはん	こめ(奈良市産)	80	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう(200ml)	1ぽん	乳
	ぶたにくのしおこうじいため	ぶたにく	30	豚肉
		ごまあぶら	0.5	ごま
		おろしにんにく	0.05	
		さけ	0.5	
		うすくちしょうゆ	0.8	小麦・大豆
		こしょう	0.03	
		たまねぎ	30	
		にんじん	10	
		にら	5	
		しおこうじ	2.5	
		かたくりこ	0.3	
	ひじきとだいずのいそに	ひじき	2.5	
		サラダあぶら	0.2	
		にんじん	10	
		つきこんにゃく	5	
		あぶらあげ	5	大豆
		だいず	10	大豆
		ひらてん	5	
		うるめぶし	1	
		さとう	2	
		みりん	0.5	
		こいくちしょうゆ	2.5	小麦・大豆
		みず	10	
B12日(月)	じゃがいものみそしる	じゃがいも	30	
		たまねぎ	25	
		あぶらあげ	5	大豆
		ほしわかめ	0.3	
		あおねぎ	3	
		うるめぶし	3.3	
		みそ	7	大豆
		しろみそ	1	大豆
		みず	110	
A13日(火)	こめこパン	こめこパン(低81g・高95g)	1こ	小麦・乳・大豆
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう(200ml)	1ぽん	乳
	チキンメンチカツ	チキンメンチカツ(50g)	1こ	小麦・鶏肉
		あげあぶら		
	はるキャベツとしんじゃがのシチュー	ベーコン	5	豚肉
		キャベツ	35	
		じゃがいも	50	
		たまねぎ	25	
		にんじん	10	
		クリームコーン	10	
		コンソメ	1.8	小麦・大豆・鶏肉
		しお	0.05	
		こしょう	0.03	
		かくチーズ	2	乳
		じょうしんこ	2.5	
		ぎゅうにゅう	35	乳
		だっしふんにゅう	2	乳
		バター	0.3	乳
		なまクリーム	1	乳・大豆
		みず	25	
B14日(水)	フルーツキャロットゼリー	フルーツキャロットゼリー(50g)	1こ	オレンジ・りんご
A14日(水)	ごはん	こめ(奈良市産)	80	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう(200ml)	1ぽん	乳
	タコライス	ぶたミンチ	30	豚肉
		しお	0.1	
		こしょう	0.02	
		あかぶどうしゅ	0.3	
		おろしにんにく	0.1	
		たまねぎ	40	
		にんじん	10	
		ホールコーン	5	
		コンソメ	0.5	小麦・大豆・鶏肉
		いちみとうがらし	0.01	
		トマトケチャップ	15	
		トンカツソース	0.8	
		ウスターソース	2.3	
		さとう	0.8	
		こいくちしょうゆ	0.4	小麦・大豆
	ボイルキャベツ	キャベツ	40	
B13日(火)	スーミータン	たまご	25	卵
		たまねぎ	20	
		チンゲンサイ	15	
		クリームコーン	20	
		さけ	1	
		ちゅうかスープ	1.7	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま
		こしょう	0.03	
		ごまあぶら	0.2	ごま
		かたくりこ	0.5	
		みず	110	
	スライスチーズ	スライスチーズ(20g)	1まい	乳

日	献立名	食品名	1人分(g)	アレルゲン
A 15日(木)	パン	パン(低81g・高95g)	1こ	小麦・乳・大豆
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう(200ml)	1ぽん	乳
	はるまき	はるまき(50g)	1ぽん	小麦・大豆・鶏肉・ごま
		あげあぶら		
	こまつなのちゅうかいため	ぶたにく	15	豚肉
		サラダあぶら	0.6	
		つちしょうが	0.2	
		さけ	0.5	
		こいくちしょうゆ	0.2	小麦・大豆
		キャベツ	30	
		こまつな	10	
		にんじん	5	
		ちゅうかスープ	0.5	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま
		うすくちしょうゆ	0.3	小麦・大豆
		さとう	0.2	
		かたくりこ	0.3	
B 16日(金)	こもくスープ	ベーコン	5	豚肉
		とうふ	25	大豆
		たまねぎ	15	
		にんじん	5	
		えのきたけ	8	
		チンゲンサイ	10	
		あおねぎ	3	
		ちゅうかスープ	1.7	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま
		しお	0.05	
		こしょう	0.03	
		みず	110	
A 20日(火)	パン	パン(低81g・高95g)	1こ	小麦・乳・大豆
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう(200ml)	1ぽん	乳
	ハンバーグのケチャップに	ハンバーグ(50g)	1こ	大豆・鶏肉・豚肉
		トマトケチャップ	4	
		トマトペースト	5	
		ウスターソース	2.5	
		さとう	0.25	
		ようがらし	0.02	
		みず	20	
	ボイルサラダ	キャベツ	40	
		にんじん	10	
		ナムルドレッシング	7	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま
B 21日(水)	コーンポタージュ	ベーコン	5	豚肉
		たまねぎ	30	
		にんじん	10	
		じゃがいも	35	
		ホールコーン	5	
		クリームコーン	10	
		しお	0.1	
		こしょう	0.03	
		コンソメ	1.5	小麦・大豆・鶏肉
		ぎゅうにゅう	50	乳
		じょうしんこ	1	
		だっしふんにゅう	3	乳
		みず	30	
A 23日(金)	ごはん	こめ(奈良市産)	80	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう(200ml)	1ぽん	乳
	キムタクごはんのぐ	ぶたにく	25	豚肉
		さけ	0.2	
		サラダあぶら	0.3	
		はくさいキムチ	15	
		きざみたくあん	15	大豆
		こいくちしょうゆ	0.5	小麦・大豆
	キャベツのごまいため	キャベツ	30	
		にんじん	5	
		サラダあぶら	0.4	
		みりん	0.4	
		うすくちしょうゆ	0.6	小麦・大豆
		かつおぶし	0.3	
		しろごま	0.8	ごま
		すりごま	0.8	ごま
B 22日(木)	えのきたけのみそしる	あぶらあげ	6	大豆
		とうふ	25	大豆
		えのきたけ	8	
		たまねぎ	25	
		あおねぎ	3	
		うるめぶし	3.3	
		みそ	7	大豆
		しろみそ	1	大豆
		みず	110	

日	献立名	食品名	1人分(g)	アレルゲン
A 16日(金)	ごはん	こめ(奈良市産)	80	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう(200ml)	1ぽん	乳
	いわしのさっぱりに	いわし(35g)	1ぴ	
		つちしょうが	1.2	
		こいくちしょうゆ	3	小麦・大豆
		さとう	3	
		みりん	2	
		さけ	1	
		こくもつす	2	
		みず	15	
	きりぼしだいこんのにつけ	きりぼしだいこん	7	
		サラダあぶら	0.5	
		あぶらあげ	5	大豆
		ひらてん	5	
		にんじん	5	
		さとう	3	
		こいくちしょうゆ	3	小麦・大豆
		うすくちしょうゆ	1	小麦・大豆
		みりん	1	
		うるめぶし	1	
		みず	20	
B 15日(木)	りきゅうじる	どうふ	20	大豆
		あぶらあげ	5	大豆
		ごぼう	10	
		にんじん	10	
		つきこんにゃく	10	
		あおねぎ	3	
		うるめぶし	3.3	
		みそ	6	大豆
		しろみそ	1	大豆
		あかみそ	1	大豆
		ねりごま	4	ごま
		みず	110	
A 21日(水)	ごはん	こめ(奈良市産)	80	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう(200ml)	1ぽん	乳
	にくどうふ	ぶたにく	25	豚肉
		サラダあぶら	0.3	
		こいくちしょうゆ	1	小麦・大豆
		さとう	1	
		さけ	1	
		やきどうふ	20	大豆
		ふ	2	小麦
		いとこんにゃく	15	
		たまねぎ	20	
		こまつな	5	
		しろねぎ	5	
		こいくちしょうゆ	3.5	小麦・大豆
		さとう	2	
	かきたまじる	たまご	30	卵
		たまねぎ	25	
		にんじん	8	
		えのきたけ	5	
		あおねぎ	3	
		うるめぶし	3	
		しお	0.05	
		うすくちしょうゆ	3.5	小麦・大豆
		かたくりこ	0.5	
		みず	110	
B 20日(火)	ちりめんたくあん	きざみたくあん	12	大豆
		ちりめんじゃこ	4	
		サラダあぶら	0.5	
		さとう	0.5	
		みりん	1	
		こいくちしょうゆ	0.8	小麦・大豆
		しろごま	1.5	ごま
A 26日(月)	ごはん	こめ(奈良市産)	80	
	さばのうめに	さば(40g)	1きれ	さば
		うめペースト	2	
		さけ	1	
		さとう	2	
		こいくちしょうゆ	2	小麦・大豆
		みりん	1.5	
		みず	15	
	ぶたにくのごとくみそいため	ぶたにく	25	豚肉
		ごまあぶら	0.5	ごま
		おろしにんにく	0.05	
		さけ	0.3	
		こしょう	0.03	
		たまねぎ	10	
		にんじん	5	
		キャベツ	35	
		にら	5	
		ごとくみそ	2.2	大豆
		みそ	0.5	大豆
		さとう	0.5	
		こいくちしょうゆ	0.5	小麦・大豆
		かたくりこ	0.5	
B 26日(月)	にゅうめん	そうめん	6	小麦
		あぶらあげ	5	大豆
		かまぼこ	5	
		たまねぎ	25	
		にんじん	5	
		あおねぎ	3	
		うるめぶし	3	
		だしこんぶ	0.2	
		うすくちしょうゆ	2.5	小麦・大豆
		しお	0.1	
		みず	135	

日	献立名	食品名	1人分(g)	アレルゲン
A 19日(月)	ごはん	こめ(奈良市産)	80	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう(200ml)	1ぽん	乳
	わかさぎフライ	わかさぎフライ	30	小麦・大豆
		あげあぶら		
	にあい	れんこん	8	
		にんじん	10	
		ごぼう	15	
		ほししいたけ	0.5	
		あぶらあげ	5	大豆
		いとこんにゃく	10	
		サラダあぶら	0.5	
		うるめぶし	0.2	
		さとう	2	
		こいくちしょうゆ	2	小麦・大豆
		こくもつす	1.5	
		しお	0.1	
		みず	10	
B 19日(月)	ふのみそしる	ふ	0.8	小麦
		あぶらあげ	5	大豆
		たまねぎ	30	
		ほしわかめ	0.3	
		あおねぎ	3	
		うるめぶし	3.6	
		みそ	8	大豆
		しろみそ	1	大豆
		みず	120	
A 22日(木)	ちいさいパン	パン(66g)	1こ	小麦・乳・大豆
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう(200ml)	1ぽん	乳
	やまとちゃクリームスパゲティ	スパゲティ	30	小麦
		ベーコン	10	豚肉
		たまねぎ	30	
		にんじん	10	
		えのきたけ	5	
		やまとちゃ	0.4	
		サラダあぶら	0.3	
		しお	0.2	
		こしょう	0.03	
		ガーリック	0.1	大豆
		コンソメ	1.5	小麦・大豆・鶏肉
		じょうしんこ	2	
		かくチーズ	1	乳
		ぎゅうにゅう	40	乳
		だっしふんにゅう	2	乳
		みず	30	
		なまクリーム	1	乳・大豆
		バター	0.5	乳
B 23日(金)	ツナとひじきのサラダ	まぐろあぶらづけ	10	
		ひじき	1.8	
		キャベツ	20	
		にんじん	5	
		ホールコーン	3	
		サラダあぶら	0.2	
		ごまドレッシング	7	大豆・ごま
	とうにゅうパンナコッタ	とうにゅうパンナコッタ(いちごソース40g)	1こ	りんご・大豆
A 27日(火)	ちいさいパン	パン(66g)	1こ	小麦・乳・大豆
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう(200ml)	1ぽん	乳
	かきあげ	やきちくわ	5	
		たまねぎ	15	
		にんじん	5	
		ごぼう	5	
		ちりめんじゃこ	6	
		しろごま	1	ごま
		てんぷらこ	10	小麦
		じょうしんこ	5	
		しお	0.05	
		みず	10	
		あげあぶら		
	かやくうどん	うどん	60	小麦
		とりにく	8	鶏肉
		かまぼこ	5	
		あぶらあげ	10	大豆
		たまねぎ	20	
		にんじん	10	
		あおねぎ	3	
		うるめぶし	2	
		だしこんぶ	0.5	
		うすくちしょうゆ	5	小麦・大豆
		こいくちしょうゆ	2	小麦・大豆
		みりん	0.5	
		さけ	1	
		しお	0.1	
		みず	110	
B 28日(水)	ミルククリーム	ミルククリーム(15g)	1ふくろ	乳・大豆

日	献立名	食品名	1人分(g)	アレルゲン
A 28日(水)	ごはん	こめ(奈良市産)	80	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう(200ml)	1ぽん	乳
	ポークカレー	ぶたにく	20	豚肉
		つちしょうが	0.3	
		おろしにんにく	0.08	
		しお	0.05	
		こしょう	0.02	
		あかぶどうしゅ	1	
		サラダあぶら	0.3	
		じゃがいも	50	
		たまねぎ	45	
		にんじん	20	
		カレーこ(ブレンド)	0.6	
		じゅんカレーこ	0.3	
		りんごピューレ	4	りんご
		トマトピューレ	8	
		コンソメ	1.5	小麦・大豆・鶏肉
B 27日(火)		チャツネ	1	りんご・大豆
		だっしふんにゅう	3	乳
		かくチーズ	4	乳
		バター	4	乳
		こむぎこ	4	小麦
		さとう	0.3	
		ゆ	40	
		トマトケチャップ	2	
		こいくちしょうゆ	0.8	小麦・大豆
		ウスターソース	2.5	
		ヨーグルト	2	乳
		みず	30	
	かいそうサラダ	キャベツ	40	
		かいそうミックス	0.4	
		ホールコーン	5	
		ゆずしょうゆドレッシング	8	小麦・大豆・豚肉
	ふくじんづけ	ふくじんづけ	12	小麦・大豆

日	献立名	食品名	1人分(g)	アレルゲン
A 29日(木)	パン	パン(低81g・高95g)	1こ	小麦・乳・大豆
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう(200ml)	1ぽん	乳
	プレーンオムレツ	プレーンオムレツ(50g)	1こ	卵・さば・さけ
		トマトケチャップ	5	
	ポテトサラダ	じゃがいも	50	
		にんじん	10	
		ノンエッグマヨネーズ(10g)	1ふくろ	大豆
	ミネストローネ	ベーコン	5	豚肉
		キャベツ	25	
		たまねぎ	25	
		にんじん	10	
		ホールコーン	5	
		マカロニ	3	小麦
		コンソメ	1.6	小麦・大豆・鶏肉
		うすくちしょうゆ	0.3	小麦・大豆
		こしょう	0.03	
		みず	110	
B 30日(金)	ぼうソーセージ	ぼうソーセージ(20g)	1ぽん	小麦・かに・大豆・さけ

日	献立名	食品名	1人分(g)	アレルゲン
A 30日(金)	ごはん	こめ(奈良市産)	80	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう(200ml)	1ぽん	乳
	デジカルビ	ぶたにく	20	豚肉
		ごまあぶら	0.5	ごま
		おろしにんにく	0.04	
		こいくちしょうゆ	1	小麦・大豆
		さけ	0.5	
		しお	0.03	
		トッポギ	20	
		キャベツ	35	
		たまねぎ	20	
		にんじん	10	
		にら	3	
		はくさいキムチ	4	
		ちゅうかスープ	0.2	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま
B 29日(木)		さとう	0.8	
		みりん	0.3	
		みそ	2	大豆
		あかみそ	0.5	大豆
		コチジャン	0.2	大豆
	ちゅうかスープ	ベーコン	5	豚肉
		とうふ	20	大豆
		たまねぎ	25	
		にんじん	10	
		チンゲンサイ	8	
		ちゅうかスープ	1.7	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま
		こいくちしょうゆ	0.5	小麦・大豆
		さけ	0.5	
		みず	110	
	さかなふりかけ	さかなふりかけ(2.8g)	1ふくろ	小麦・大豆・さば・ごま

注)栄養基準値は月平均で計算しています。
※示した値内に納めることが望ましい範囲。
☆ 奈良市では給食で使用する主な食材の産地を掲載しています。
詳しくは保健給食課のホームページをご覧ください。
☆ 都合により献立が一部変更になる場合があります。アレルギーに関する変更は、学校を通じて対象児童の保護者にお知らせします。
★ご飯…1-2年154g 3-4年176g 5-6年198g
★減量ご飯…1-2年132g 3-4年154g 5-6年176g

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (%)	脂質 (%)	カルシウム (mg)	マグネシウム (mg)	鉄 (mg)	VA (μgRAE)	VB1 (mg)	VB2 (mg)	VC (mg)	食物繊維 (g)	食塩相当量 (g)
5月分平均栄養量(A班)	661	15	33	381	94	3.6	290	0.5	0.5	27	5.4	2.3
5月分平均栄養量(B班)	660	15	34	383	94	3.6	290	0.5	0.5	27	5.4	2.4
文部科学省 学校給食摂取基準	650	※摂取エネルギーの13～20%	※摂取エネルギーの20～30%	350	50	3.0	200	0.4	0.4	25	4.5	2.0

奈良県産の食材

米・米粉パン・小麦粉・上新粉・天ぷら粉・
青ねぎ・玉ねぎ・梅ペースト・大和茶・
ブルーベリージャム