



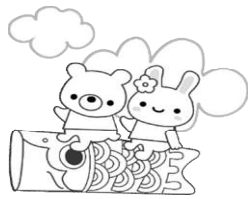
# 函館市立青柳中学校 2026(令和8)年度 5月行事予定表

校訓 「自立」「互恵」「貢献」

学校教育目標 「自らの学びを活かし 互いに助け合い 未来を創造する生徒」

日	曜	日課等	学校行事・教育活動等	その他	給食			部活動
					1	2	3	
1	金	【特別】5時間	学活「体育祭関係」(2,3年) 教育相談① 1年心電図検査13:00～ 第2回尿検査	1年ジャージ登校	○	○	○	○
2	土							○
3	日		㊦憲法記念日 バドミントン春季大会(アリーナ)					○
4	月		㊦みどりの日 バドミントン春季大会(アリーナ)					○
5	火		㊦こどもの日					○
6	水		振替休日					○
7	木	【特別】5時間	全国学テ(英②、2～4H) 学活「体育祭関係」(1年) 教育相談②		○	○	○	○
8	金	【特別】5時間	教育相談③ ALT(3年)		○	○	○	○
9	土							○
10	日							○
11	月	【特別】5時間	教育相談④ ALT(2年)	スクールカウンセラー来校(12:00～16:00)	○	○	○	○
12	火	【特別】5時間	教育相談⑤ 5H:修学旅行結団式		○	○	○	○
13	水	1・2年4時間 3年宿泊的行事	3年修学旅行① 1,2年個人懇①		○	○	×	○
14	木	1・2年4時間 3年宿泊的行事	3年修学旅行② 1,2年個人懇②		○	○	×	○
15	金	1・2年4時間 3年宿泊的行事	3年修学旅行③ 1,2年個人懇③		○	○	×	○
16	土							○
17	日							○
18	月	1・2年4時間 3年6時間	1H:修学旅行解団式 1,2年体育祭学年練習① 1,2年個人懇④	ジャージ登校	○	○	○	○
19	火	1・2年4時間 3年6時間	1,2年個人懇⑤ 1,2年体育祭学年練習② 3年体育祭学年練習① ALT(1年)	ジャージ登校	○	○	○	○
20	水	【特別】5時間	耳鼻科検診1年13:10～ 3年体育祭学年練習②	ジャージ登校	○	○	○	×
21	木	6時間	体育祭学年練習③	ジャージ登校	○	○	○	○
22	金	6時間	5,6H 交通安全教室	ジャージ登校	○	○	○	○
23	土							○
24	日							○
25	月	6時間	体育祭学年練習④	ジャージ登校 スクールカウンセラー来校(9:30～14:30)	○	○	○	○
26	火	6時間	体育祭学年練習予備日	ジャージ登校	○	○	○	○
27	水	【特別】5時間	歯科検診2A,3年11:00～ 生徒会専門委③(体育祭打合せ)	ジャージ登校	○	○	○	○
28	木	5時間	3～4H:体育祭総練習 放課後:体育祭前日準備 ALT(3年)	ジャージ登校	○	○	○	×
29	金	【変則】4時間	1～4H:体育祭	ジャージ登校	○	○	○	○
30	土		第1回英語検定1次					○
31	日							○

	授業日数	給食回数	《 6月の主な行事予定 》		
			1年	2年	3年
今月	18	18	1(月)	15(月) 5・6h:情報モラル教室(1年)	29(月) 【変則】2時間授業 中体連総合①
			2(火) 眼科検診 13:00～	16(火)	30(火) 【変則】2時間授業 中体連総合②
	18	18	3(水) 【特別】会議日 歯科検診 2BC・1年・青柳学級11:00 テスト範囲配布&計画表作成	17(水) 【特別】会議日 中体連水泳	
			4(木) 生活改善週間～19日	18(木) 1-3h:期末テスト①	
	18	15	5(金) 体育祭予備日	19(金) 期末テスト②	
			6(土) 中体連陸上	20(土) 吹奏楽祭	
			7(日) 開校記念日	21(日) 吹奏楽祭	
累計	授業日数	給食回数	8(月) 昼放送:中体連陸上報告	22(月)	
	34	32	9(火)	23(火)	
			10(水) 鯨塚清掃ボランティア	24(水) 【特別】生徒会専門委④	
	34	32	11(木)	25(木)	
			12(金)	26(金) 学活「文化祭関係」	
	34	30	13(土)	27(土)	
			14(日)	28(日) 中体連体操・新体操	



# 5月 学校給食献立表

13日(水)～15日(金):3年生なし

函館市立青柳中学校

令和8年(2026年) 5月

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる		緑の仲間 体の調子を整える		黄の仲間 熱や力の元になる		調味料・ だし	I初キー たんぱく質 脂質 食塩相当量
		1群	2群	3群	4群	5群	6群		
1 金	コッペパン	卵	脱脂粉乳			小麦粉 砂糖	バター ショートニング	塩	732 kcal
	牛乳		牛乳						24.9 g
	春雨スープ	豚肉		人参	白菜 長ねぎ 生姜 玉ねぎ にんにく	春雨 ぶどう糖	ごま油	塩 こしょう 酒 醤油 鶏だし	25.2 g
	いもコロケ	きな粉			玉ねぎ	小麦粉 パン粉 じゃがいも 砂糖	油	塩 ベーキングパウダー	3.4 g
	大根とツナのサラダ	まぐろ			大根 きゅうり	砂糖	油 ごま オリーブオイル	酢 塩 醤油 黒こしょう	
	たい焼き								
7 木	ごはん【茶碗なし】					米			782 kcal
	牛乳		牛乳						33.9 g
	三色丼	豚肉 鶏肉 卵			生姜 枝豆	砂糖	油	醤油 みりん 酒	25.9 g
	みそ汁(小松菜・大根・ 油揚げ)	油揚げ 味噌		小松菜	大根 長ねぎ			煮干し	2.9 g
きゅうり南蛮漬け				きゅうり	砂糖	ごま油	醤油 ラード 唐辛子 塩		
8 金	小型コッペパン	卵	脱脂粉乳			小麦粉 砂糖	バター ショートニング	塩	689 kcal
	牛乳		牛乳						29.7 g
	ひじきスパゲティ	豚肉	ひじき	人参 ビーマン	玉ねぎ	小麦粉 砂糖 ぶどう糖 麦芽糖	バター 油	醤油 塩 こしょう	21.5 g
	ささみチーズフライ	大豆たんぱく 鶏肉	チーズ		玉ねぎ	パン粉 砂糖	ラード 油	塩	2.9 g
	ソファール	ゼラチン	寒天 全粉乳 脱脂粉乳			砂糖			
11 月	ごはん					米			847 kcal
	牛乳		牛乳						29.5 g
	野菜の五目みそ煮	豚肉 油揚げ さつまいも 大豆 ゼラチン 卵		人参	大根 ごぼう	こんにゃく 砂糖	油 ごま	酒 醤油 みりん けずり節	31.1 g
	厚焼き卵					砂糖	油	醤油	2.9 g
ほうれん草ともやしの ナムル			ほうれん草	もやし	砂糖	ごま ごま油	醤油 酢 唐辛子		
12 火	ごはん					米			659 kcal
	牛乳		牛乳						26.6 g
	ちよい辛味噌汁	豚肉 豆腐 味噌		にら	大根 長ねぎ にんにく		ごま油	コチジャン トウバンジャン	16.5 g
	いわしの生姜煮	いわし				砂糖 蜜糖		醤油 塩	2.7 g
小松菜と人参のおかか和え	けずり節		小松菜 人参				醤油		
13 水	背割りパン	卵	脱脂粉乳			小麦粉 砂糖	バター ショートニング	塩	723 kcal
	牛乳		牛乳						27.9 g
	ポトフ	豚肉		人参 さやいんげん	大根 キャベツ 玉ねぎ	じゃがいも 砂糖 ぶどう糖 麦芽糖		塩 こしょう 豚骨	28.7 g
	ウインナー・ケチャップ	ウインナーソーセージ						ケチャップ	3.0 g
	ワッフルドック(チョコ)	豆乳 卵				砂糖	油	ベーキングパウダー	
14 木	減量ごはん					米			735 kcal
	牛乳		牛乳						23.1 g
	あなかけうどん	豚肉 油揚げ なたと		ほうれん草	長ねぎ 筍 生姜	小麦粉 てん粉 砂糖		醤油 みりん 酒 けずり節 出し昆布	23.2 g
	野菜かき揚げ	大豆たんぱく		春菊 人参	ごぼう 玉ねぎ	小麦粉	油	塩 ベーキングパウダー	1.9 g
りんご				りんご			塩		
15 金	ソフトフランスパン					小麦粉 上新粉 砂糖	ラード	塩	842 kcal
	牛乳		牛乳						34.2 g
	ミートボールのクリーム煮	大豆たんぱく	全粉乳 脱脂粉乳	人参	玉ねぎ にんにく 生姜 しめじ	砂糖 小麦粉	油 ラード バター	塩 こしょう 鶏だし	31.4 g
	鶏肉とじゃがいものレモン ソース	豚ひき肉 鶏ひき肉 鶏肉		ピーマン	レモン	どうもろこしでん粉 でん粉 じゃがいも 砂糖	油	酒 醤油 みりん	2.7 g
ミニトマト			ミニトマト						
18 月	ごはん					米			766 kcal
	牛乳		牛乳						25.8 g
	根菜ごま汁	油揚げ 味噌		人参	ごぼう 大根 しめじ 長ねぎ	じゃがいも	ごま	煮干し	23.4 g
	チキン味噌カツ	大豆たんぱく 鶏肉 味噌				小麦粉 パン粉 でん粉	油	塩	3.3 g
ふき炒め煮	さつまいも		人参	ふき	つきこんにゃく 砂糖	油	醤油 みりん 唐辛子		

和食の日

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる		緑の仲間 体の調子を整える		黄の仲間 熱や力の元になる		調味料・ だし	I初ギ- たんぱく質 脂質 食塩相当量
		1群	2群	3群	4群	5群	6群		
19 火	ごはん【茶碗なし】					米			780 kcal
	牛乳		牛乳						26.2 g
	ドライカレー	鶏肉 豚肉 大豆		人参 トマトピューレ	にんにく 生姜 玉ねぎ グリンピース	小麦粉 とうもろこしでん粉 砂糖 ぶどう糖	油 バター	ケチャップ 醤油 中濃ソース ウスター ソース カレー粉 ガラムマサラ クミン チリペッパー 赤ワイン 塩 こしょう	21.0 g
	ブロッコリーとコーンの サラダ			ブロッコリー 人参	とうもろこし 玉ねぎ にんにく	砂糖 ぶどう糖	ごま油 ごま	醤油 酢 こしょう 塩	1.8 g
牛乳プリン		牛乳 加糖練乳			砂糖				
20 水	丸割りパン	卵	脱脂粉乳			小麦粉 砂糖	バター ショートニング	塩	742 kcal
	牛乳		牛乳						27.0 g
	アイントプフ	ウインナーソーセージ		人参 さやいんげん	玉ねぎ にんにく	じゃがいも 砂糖 ぶどう糖 麦芽糖	オリーブオイル	塩 こしょう 鶏だし	28.3 g
	ブリたれカツ	ぶり			長ねぎ 生姜	パン粉 砂糖	油 ごま	こしょう 赤ワイン 醤油 みりん	3.7 g
	キャベツとツナのサラダ	まぐろ			キャベツ 玉ねぎ にんにく	砂糖 ぶどう糖	油 ごま油	醤油 酢 こしょう 塩	
21 木	ごはん					米			871 kcal
	牛乳		牛乳						38.1 g
	マーボー豆腐	豆腐 豚肉 鶏肉 大豆		ピーマン	長ねぎ 生姜 にんにく 玉ねぎ	でん粉 砂糖	ごま油 油	醤油 酒 ラー油 唐辛子 塩	27.7 g
	えびシウマイ (3個)	たらすり身 えび				小麦粉 しゅうまいの皮	油		2.6 g
パイン缶				パインアップル					
22 金	揚げパン	卵	脱脂粉乳			小麦粉 砂糖 上南粉	バター ショートニング 油	塩	741 kcal
	牛乳		牛乳						26.1 g
	高野豆腐のスープ	大豆たんぱく 豚ひき肉 鶏ひき肉		人参	玉ねぎ にんにく 生姜 長ねぎ	砂糖 でん粉 ぶどう糖	油 ラード	塩 こしょう 醤油 鶏だし	30.6 g
	かまぼこカレー煮	揚げかまぼこ				砂糖		醤油 酒 カレー粉	3.6 g
	温州みかんゼリー				みかん	砂糖			
25 月	減量ごはん					米			871 kcal
	牛乳		牛乳						27.2 g
	坦々麺	豚肉 鶏肉 味噌		人参 チンゲン菜	長ねぎ 生姜 にんにく もやし	小麦粉 砂糖 ぶどう糖	油 ごま油 ごま	トウバンジャン 酢 醤油 塩 コチジャン	28.7 g
	春巻き	豚肉	ひじき	人参	筍	小麦粉 でん粉 砂糖	油	酒 醤油 塩 オイスターソース	2.8 g
ブルーベリーゼリー		寒天		ブルーベリー	砂糖				
26 火	ごはん					米			763 kcal
	牛乳		牛乳						30.0 g
	みぞ汁(じゃがいも・ わかめ)	豆腐 味噌	わかめ		長ねぎ	じゃがいも		煮干し	22.2 g
	たらざんぎ	鱈					油		3.3 g
豚キムチ	豚肉	昆布	唐辛子 人参 なら	生姜 大根 にんにく 長ねぎ 白菜 玉ねぎ	砂糖	油 ごま油	塩 コチジャン 醤油		
27 水	コッペパン	卵	脱脂粉乳			小麦粉 砂糖	バター ショートニング	塩	753 kcal
	牛乳		牛乳						31.6 g
	中華スープ	豆腐 うずら卵		人参	白菜 長ねぎ とうもろこし 玉ねぎ にんにく	でん粉 ぶどう糖		塩 こしょう 醤油 豚骨	32.4 g
	ヤンニョムチキン	鶏肉				でん粉 砂糖	油 ごま油	酒 コチジャン ケチャップ 醤油 塩 こしょう	3.4 g
大根サラダ				大根 玉ねぎ にんにく	砂糖 ぶどう糖	ごま ごま油	醤油 酢 塩 こしょう		
28 木	ごはん					米			774 kcal
	牛乳		牛乳						27.5 g
	肉じゃが	豚肉		人参 さやいんげん	玉ねぎ	じゃがいも つきこんにゃく 砂糖		醤油 酒	18.5 g
	和風肉団子	大豆たんぱく 鶏ひき肉			玉ねぎ	砂糖 ぶどう糖	油 ラード	酒 塩 酢 オイスターソース	2.3 g
りんご				りんご			塩		
29 金	小型コッペパン	卵	脱脂粉乳			小麦粉 砂糖	バター ショートニング	塩	658 kcal
	牛乳		牛乳						26.4 g
	スパゲティアラビアータ	ベーコン まぐろ		小松菜 トマト	にんにく 玉ねぎ	小麦粉 砂糖 ぶどう糖 麦芽糖	油 オリーブオイル	塩 黒こしょう 唐辛子	22.4 g
	キャベツとコーンのサラダ				キャベツ とうもろこし 玉ねぎ	砂糖 ぶどう糖	ごま油 ごま	醤油 酢 こしょう 塩	2.0 g
ソフィール	ゼラチン	寒天 全粉乳 脱脂粉乳			砂糖				

※物資調達の都合により献立の内容が変更になる場合があります。ご了承ください。

月平均 栄養価	エネルギー Kcal	たんぱく質 %	脂質 %	カルシウム mg	鉄 mg	食塩相当量 g	ビタミン				食物繊維 g
							A IU	B1 mg	B2 mg	C mg	
	769	15.0	30.1	425	4.5	2.9	0.45	0.57	32	32	7.3
基準値	830	13~20%	20~30%	450	4.5	2.5未満	300	0.5	0.6	35	7以上