

# 令和〇年〇月分 学校給食献立表

例

豊山町給食センター

こんげつ 今月のめあて・・・  
がっこうきゅうしょく 学校給食について知ろう

| 日 曜  | 献立名                   | 主な材料とその働き           |              |                     |                            |                   |           | その他   |
|------|-----------------------|---------------------|--------------|---------------------|----------------------------|-------------------|-----------|-------|
|      |                       | 【赤】 おもに体をつくるものになるもの |              | 【緑】 体の調子を整えるものになるもの |                            | 【黄】 エネルギーのもとになるもの |           |       |
|      |                       | 1群                  | 2群           | 3群                  | 4群                         | 5群                | 6群        |       |
|      |                       | 魚・肉・卵・大豆・大豆製品       | 牛乳・乳製品・小麦・海藻 | 緑黄色野菜               | その他の野菜・果物・きのこ              | 米・パン・めん・いちも・砂糖    | 油脂・種実     |       |
| 8 木  | ごはん・牛乳                |                     | 牛乳           |                     |                            | ごはん               |           |       |
|      | すまし汁                  | 豚肉 豆腐 かまぼこ かつおぶし    |              | にんじん みつば            | えのきたけ 玉ねぎ はくさい             |                   |           |       |
|      | ぎんぴらの包み焼き             | 鶏肉 豆腐               |              | にんじん                | 玉ねぎ ごぼう しょうが               | さとう               | ごま油 ごま    |       |
|      | はりはり漬け<br>三色団子        |                     |              |                     | きゅうり たくわん                  |                   |           | 三色団子  |
| 9 金  | 麦ごはん・牛乳               |                     | 牛乳           |                     |                            | 麦ごはん              |           |       |
|      | 鉄火みそ                  | 大豆 豚肉 はんぺん みそ       |              | にんじん                | ごぼう こんにゃく たけのこ いんげん しょうが   | さとう               |           |       |
|      | 子持ちししゃもフライ(2尾)        | 子持ちししゃも             |              |                     |                            | 小麦粉 パン粉           | 油         | 卓上ソース |
|      | 野菜のごまだれ               |                     |              | ほうれんそう にんじん         | もやし                        | さとう               | ごま        |       |
| 12 月 | ごはん・牛乳                |                     | 牛乳           |                     |                            | ごはん               |           |       |
|      | 肉じゃが                  | 豚肉                  |              | にんじん                | 玉ねぎ こんにゃく 枝豆               | じゃがいも さとう         |           |       |
|      | さばの銀紙焼き               | さば みそ               |              |                     |                            | さとう こめ粉           |           |       |
|      | ごまあえ                  |                     |              | にんじん                | もやし キャベツ                   | さとう               | ごま        |       |
| 13 火 | ソフトめん・牛乳              |                     |              |                     |                            | ソフトめん             |           |       |
|      | ちゃんぽんめん               | 豚肉 えび いか はんぺん       | 牛乳           | にんじん                | しょうが 玉ねぎ キャベツ もやし ねぎ       |                   | 油         |       |
|      | ショーロンポー               | 豚肉                  |              |                     | 玉ねぎ キャベツ しょうが              | はるさめ でんぷん さとう 小麦粉 |           |       |
|      | ツナと大根のあえもの            | オイルツナ               |              | にんじん                | だいこん きゅうり                  | さとう               | ごま ごま油    |       |
| 14 水 | ごはん・牛乳                |                     | 牛乳           |                     |                            | ごはん               |           |       |
|      | 豚肉とこんにゃくのいり煮          | 豚肉 はんぺん             |              | にんじん                | こんにゃく 玉ねぎ ねぎ               | さとう               |           |       |
|      | さけのレモン焼き              | さけ                  |              |                     | レモン果汁                      | さとう でんぷん          | 油         |       |
|      | 小松菜のおひたし              | 油揚げ                 |              | こまつな にんじん           |                            | さとう               |           |       |
| 15 木 | ごはん・牛乳                |                     | 牛乳           |                     |                            | ごはん               |           |       |
|      | 根菜のごま汁                | 豚肉 豆腐 みそ かつおぶし      |              | にんじん                | だいこん ごぼう ねぎ                |                   | ごま        |       |
|      | キャベツ入りメンチカツ           | 牛肉 豚肉               |              |                     | キャベツ 玉ねぎ                   | 小麦粉 パン粉 さとう でんぷん  | 油         |       |
|      | おかかあえ                 | 花かつお                |              | にんじん こまつな           | もやし                        | さとう               |           |       |
| 16 金 | クロスロールパン・牛乳           |                     | 牛乳           |                     |                            | クロスロールパン          |           |       |
|      | コーンポタージュ              | 鶏肉 豆乳               |              | パセリ                 | クリームコーン ホールコーン 玉ねぎ         |                   | 米粉のホワイトルウ |       |
|      | ミートボール(2個)            | 鶏肉 豚肉               |              |                     | 玉ねぎ しょうが                   | パン粉 でんぷん さとう      | ごま油       |       |
|      | グリーンサラダ               |                     |              |                     | 枝豆 キャベツ きゅうり               | さとう               | オリーブ油     |       |
| 19 月 | ごはん・牛乳                |                     | 牛乳           |                     |                            | ごはん               |           |       |
|      | 鶏団子汁                  | 鶏肉 豚肉 かつおぶし         |              | にんじん                | 玉ねぎ だいこん 干しいたけ ごぼう ねぎ しょうが | パン粉 でんぷん          | 油 さとう     |       |
|      | 厚揚げの肉みそかけ             | 厚揚げ 豚ひき肉 みそ         |              |                     | しょうが                       | さとう               |           |       |
|      | 千草あえ                  | 油揚げ                 |              | ほうれんそう              | もやし キャベツ                   | さとう               |           |       |
| 20 火 | 中華めん・牛乳               |                     | 牛乳           |                     |                            | 中華めん              |           |       |
|      | しょうゆラーメン              | 豚肉 なると              | わかめ          | にんじん                | キャベツ 玉ねぎ ねぎ                |                   | ごま油       |       |
|      | 揚げぎょうざ(小2 中3)         | 豚肉                  |              | にら                  | キャベツ 玉ねぎ にんじん              | 小麦粉 パン粉 さとう でんぷん  | 油         |       |
|      | もやしと枝豆のあえもの<br>型抜きチーズ |                     | チーズ          |                     | もやし 枝豆                     | さとう               | ごま油 ごま    |       |
| 21 水 | ごはん・牛乳                |                     | 牛乳           |                     |                            | ごはん               |           |       |
|      | カレーライス                | 豚肉                  |              | にんじん                | にんにく 玉ねぎ りんごピューレ           | じゃがいも             | 米粉のカレールウ  |       |
|      | コーンサラダ                |                     |              |                     | キャベツ きゅうり ホールコーン           | さとう               | オリーブ油     |       |
|      | お祝いデザート               |                     |              |                     |                            | お祝いデザート           |           |       |
| 22 木 | 麦ごはん・牛乳               |                     | 牛乳           |                     |                            | 麦ごはん              |           |       |
|      | マーボー豆腐                | 豆腐 豚肉 みそ            |              | にんじん                | しょうが 玉ねぎ 干しいたけ ねぎ          | さとう でんぷん          | ごま油       |       |
|      | しゅうまい                 | 豚肉 鶏肉 たら            |              |                     | 玉ねぎ                        | でんぷん パン粉 さとう      | ごま油       |       |
|      | 切り干し大根のあえもの           |                     |              | こまつな にんじん           | 切り干し大根                     | さとう               |           |       |
| 23 金 | あいちの米粉パン・牛乳           |                     | 牛乳           |                     |                            | あいちの米粉パン          |           |       |
|      | コンソメスープ               | ベーコン                |              | にんじん パセリ            | キャベツ 玉ねぎ                   | じゃがいも             |           |       |
|      | デミグラスハンバーグ            | 鶏肉 豚肉               |              |                     | 玉ねぎ                        | でんぷん さとう じゃがいも    |           |       |
|      | フルーツ&ゼリー              |                     |              |                     | パイナップル もも みかんゼリー           |                   |           |       |
| 26 月 | わかめごはん・牛乳             |                     | 牛乳 わかめ       |                     |                            | ごはん               |           |       |
|      | 五目汁                   | 豆腐 かまぼこ かつおぶし       |              | にんじん こまつな           | はくさい だいこん えのきたけ            |                   |           |       |
|      | コロケ                   | 豚肉 牛肉               |              | にんじん パセリ            | 玉ねぎ                        | じゃがいも 小麦粉 パン粉 さとう | 油         |       |
|      | キャベツとツナのあえもの<br>乾燥小魚  | オイルツナ               |              | にんじん                | キャベツ きゅうり                  | さとう               | ごま ごま油    |       |
| 27 火 | ごはん・牛乳                |                     | 牛乳           |                     |                            | ごはん               |           |       |
|      | 野菜のうま煮                | 鶏肉 はんぺん かつおぶし       |              | にんじん                | こんにゃく だいこん ごぼう             | じゃがいも さとう         |           |       |
|      | あじの風味焼き               | あじ                  |              |                     | ねぎ                         | さとう               | 油         |       |
|      | ゆかりあえ<br>ヨーグルト        |                     | ヨーグルト        | しそ                  | キャベツ きゅうり                  |                   |           |       |
| 28 水 | ごはん・牛乳                |                     | 牛乳           |                     |                            | ごはん               |           |       |
|      | あわせみそ汁                | 豆腐 油揚げ みそ かつおぶし     | わかめ          | にんじん                | えのき だいこん 玉ねぎ ねぎ            |                   |           |       |
|      | からあげ(2個)              | 鶏肉                  |              |                     | しょうが にんにく                  | でんぷん 小麦粉          | 油         |       |
|      | 和風ひじきサラダ              |                     | ひじき          |                     | きゅうり ホールコーン しそ             | さとう               |           |       |
| 30 金 | ごはん・牛乳                |                     | 牛乳           |                     |                            | ごはん               |           |       |
|      | 茶わんむし風スープ             | 鶏肉 たまご かまぼこ かつおぶし   |              | ほうれんそう にんじん         | 玉ねぎ 干しいたけ                  | でんぷん              |           | 卵除去食  |
|      | さわらの塩焼き               | さわら                 |              |                     |                            |                   |           |       |
|      | 即席漬け<br>豆乳プリン         |                     | 昆布           |                     | キャベツ きゅうり                  |                   |           |       |

※各料理の調味料については記載されていません。 ※物資の都合により献立を変更することがあります。 ★・・・業者が直送します。

## ご入学・ご進級おめでとうございます



春の暖かな陽気に包まれる中、新年度を迎えました。新入生の皆さんは、これから始まる学校生活に期待と不安でいっぱいのことと思います。今年度も引き続き、感染予防対策を取りながらの給食時間となりますが、皆さんが安心して給食を食べられるよう、衛生管理を徹底し、心を込めておいしい給食作り努めていきます。1年間よろしくお願い致します。



☆ 4・5月分の給食費  
引き落とし日は  
5月31日(月)です。

8日(木)  
小学校給食開始  
(2~6年生)  
中学校給食開始  
  
21日(水)  
小学校1年生  
給食開始