



# 令和6年5月分 学校給食献立予定表



しょくじのきまりをしよう

日 曜	こんだてめい	あか：おもにからだをつくるものになる		みどり：おもにからだのちょうしをととのえるものになる		き：おもにエネルギーのもとになる		献立に含まれるアレルギー表示 (28品目)	中学年量を掲載 エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
		1ぐん	2ぐん	3ぐん	4ぐん	5ぐん	6ぐん		
1 水	ごはん ぎゅうにゅう ☆じゃがいもとかつおのあまがらめ	しゆんを あじわうひ	【ぎゅうにゅう】			【こめ】		乳	647
	わかたけじる *かしわもち	かつお かまぼこ	わかめ	さやいんげん にんじん	しょうが たけのこ・えのきたけ・ねぎ	じゃがいも・でんぷん さとう	あぶら・こま	ごま 大豆	24.7
2 木	ごはん ぎゅうにゅう ハンバーグのレモンソースかけ コンソメスープ		【ぎゅうにゅう】	あかピーマン・にんじん にんじん・ブロッコリー	たまねぎ・ズッキーニ きピーマン・レモン たまねぎ	でんぷん・さとう じゃがいも	ラード あぶら あぶら	鶏肉 豚肉 大豆 豚肉 大豆 牛肉	637 22.2
	ごはん ぎゅうにゅう さばのしおやき ◎いんげんのごまあえ じゃがいものみそじる	「まごわやさしい」 こんだて さば	【ぎゅうにゅう】		さやいんげん にんじん		【こめ】 さとう じゃがいも		乳 さば ごま 大豆
8 水	むぎごはん ぎゅうにゅう やきにくとどんのぐ ビーフンスープ *とうにゅうプリン		【ぎゅうにゅう】	にんじん・ピーマン あかパプリカ にんじん	たまねぎ・エリンギ・にんにく はくさい・ねぎ・ほししいたけ	さとう・でんぷん ビーフン	あぶら あぶら	豚肉 大豆 りんご こま 小麦 鶏肉 豚肉	631 25.7
	ごはん ぎゅうにゅう ポークカレー オムレツ ◎かいそうサラダ		【ぎゅうにゅう】	にんじん・【トマト】	たまねぎ キャベツ	【こめ】 じゃがいも さとう	あぶら あぶら ドレッシング	豚肉 小麦 大豆 りんご バナナ 卵 大豆 鶏肉 豚肉 りんご	623 21.8
10 金	ちゅうかめん ぎゅうにゅう しおラーメン(しる) ☆はるまき		【ぎゅうにゅう】	にんじん・チンゲンサイ にんじん・にら	ちやし・キャベツ・とうもろこし キャベツ・ちやし・エリンギ		あぶら あぶら あぶら	小麦 乳 豚肉 鶏肉 豚肉 小麦	618 24.5
	ごはん ぎゅうにゅう ☆しろみざかなのくろずがけ とうにゅうみそじる		【ぎゅうにゅう】			【こめ】 ごむぎこ・さとう でんぷん	あぶら あぶら	乳 小麦 大豆 豚肉 大豆	613 22.9
14 火	クロワッサン ぎゅうにゅう ミートボールのトマトに <ミートボール> みかんゼリーあえ <みかんゼリー>		【ぎゅうにゅう】	にんじん・トマト	たまねぎ・しめじ・エリンギ にんにく たまねぎ ナタデココ・パインアップル もも 【みかん】	じゃがいも・さとう パンこ・でんぷん さとう	オリーブあぶら あぶら	小麦 乳 大豆 乳 牛肉 豚肉 鶏肉 小麦 大豆 りんご もも	664 19.3
	わかめごはん ぎゅうにゅう だいごんのあまからに キャベツいりつくね		わかめ 【ぎゅうにゅう】		だいごん・こんにやく ほししいたけ・しょうが 【キャベツ】・しょうが		【こめ】 さとう あぶら ラード あぶら		597 22.7
16 木	ごはん ぎゅうにゅう ☆とりにくのせんちゃあげ ちawanむしスープ		【ぎゅうにゅう】	せんちゃ にんじん・【みつば】	しょうが・にんにく えのきたけ・ほししいたけ	でんぷん・こめこ あぶら	あぶら あぶら	乳 鶏肉 卵	684 28.5
	ごはん ぎゅうにゅう ☆みそカツ・2こ けんちんじる		【ぎゅうにゅう】			【こめ】 でんぷん・パンこ さとう	あぶら あぶら	豚肉 小麦 大豆 鶏肉 大豆	608 25.7
20 月	ごはん ぎゅうにゅう さわらのてりやき ◎ひじきのささみあえ すましじる	だしを あじわうひ さわら ささみフレーク	【ぎゅうにゅう】 ひじき		きゅうり・とうもろこし にんじん・はねぎ えのきたけ・ほししいたけ	【こめ】 さとう・でんぷん さとう	あぶら ドレッシング	乳 鶏肉 大豆 セラチン こま 大豆	615 31.0

【\*こざかな：ほねごとたべるこざかなをさします。】

毎月19日は「食育の日」です。  
食について、家族でも話し合ってみましょう！

# 令和6年5月分 学校給食献立予定表



しょくじのきまりをしよう

日曜	こんだてめい	あか：おもにからだをつくるものになる		みどり：おもにからだのちょうしをととのえるものになる		き：おもにエネルギーのもとになる		献立に含まれるアレルギー表示 (28品目)	中学年量を掲載 エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)	
		1ぐん	2ぐん	3ぐん	4ぐん	5ぐん	6ぐん			
21 火	むぎごはん								乳 鶏肉 卵 大豆 豚肉 大豆 大豆	597 26.9
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】							
	138とんのく	とりにく・【たまご】 かまぼこ・こうやどうふ		にんじん・【みつば】	たまねぎ・【きりぼしだいこん】 ほししいたけ	さとう・でんぷん	あぶら			
	138みそしる	ぶたにく・【とうふ】 ミックスみそ			【だいこん】・【なす】 えのきたけ・ねぎ	じゃがいも	あぶら			
	ココアパウダー				さとう					
22 水	ごはん					【こめ】			乳 豚肉 牛肉 小麦 大豆 豚肉 大豆 牛肉	653 19.3
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】							
	☆ポテトコロッケ	ぶたにく・ぎゅうにく		にんじん・パセリ	たまねぎ	じゃがいも・パンこ さとう・こむぎこ	あぶら			
	キャベツとベーコンのスープ	ベーコン		にんじん・パセリ	たまねぎ・キャベツ とうもろこし		あぶら			
	かつおぶりかけ	かつおぶし	のり	まっちゃん		さとう・でんぷん				
23 木	ごはん					【こめ】			乳 鶏肉 豚肉 大豆	672 27.1
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】							
	☆ヤンニョムチキン	とりにく・あかみそ			しょうが・にんにく	でんぷん・こめこ さとう	あぶら			
	わかめスープ	ベーコン・【とうふ】	わかめ	にんじん・にら	もやし・とうもろこし	でんぷん	こまあぶら あぶら			
24 金	サンドイッチロールパン					サンドイッチロールパン		小麦 乳 大豆	乳 豚肉 豚肉 大豆	680 24.9
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】							
	やきフランクフルト	ぶたにく				さとう	あぶら			
	ポイルキャベツ (トマトケチャップ)				キャベツ					
	はるやさいのクリームスープ	ベーコン・とうにゅう		にんじん・アスパラガス	たまねぎ	じゃがいも しろいんげんまめ ホワイトレウ	あぶら			
27 月	ごはん					【こめ】			乳 鶏肉 豚肉	628 29.1
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】							
	てりどり	とりにく			しょうが	さとう・でんぷん	あぶら			
	さわにわん	ぶたにく		にんじん・はねぎ	こんにゃく・だいこん・ごぼう		あぶら			
28 火	ごはん					【こめ】			乳 鶏肉 大豆	589 21.5
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】							
	しんじゃがのそぼろに	とりにく		にんじん・さやいんげん	こんにゃく・たまねぎ	じゃがいも・さとう	あぶら			
	◆すりおろしだいこん いちのみやねぎがけどうふ	とうにゅう			【ねぎ】・だいこん	でんぷん・さとう	あぶら			
29 水	ソフトめん					ソフトめん		小麦	乳 鶏肉 大豆 小麦 大豆	650 24.7
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】							
	さんさいソフトめん(しる)	とりにく・あぶらあげ かまぼこ		みずな・にんじん	わらび・えのきたけ・やまうど なめこ・たけのこ・はくさい ねぎ・ほししいたけ		あぶら			
	☆やさいかきあげ			にんじん・しゆんぎく	たまねぎ・ごぼう	こむぎこ	あぶら			
	◎ほうれんそうのしらすあえ		ちりめんじゃこ	ほうれんそう	もやし	さとう				
30 木	ごはん					【こめ】			乳 牛肉 豚肉 大豆	593 24.0
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】							
	しんだけのこの オイスターソースいため	ぎゅうにく		にんじん・ピーマン	たけのこ・エリンギ・にんにく	さとう・でんぷん	こまあぶら あぶら			
	チンゲンサイととうふのスープ	ベーコン・【とうふ】		にんじん・チンゲンサイ	もやし・とうもろこし ほししいたけ	でんぷん	あぶら			
	*メロン				メロン					
31 金	ごはん					【こめ】			乳 小麦 大豆 大豆	593 23.7
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】							
	☆あじフライ	あじ				パンこ・こむぎこ	あぶら			
	しんだまねぎのみそしる	【とうふ】・あぶらあげ あかみそ		にんじん	たまねぎ・えのきたけ・ねぎ					

○ \* しるしのかしわもちのからぶくろ、とうにゅうプリンのからようき・スプーン、メロンのかわ・からぶくろは  
ぎょうしゃがいかいしゅうします。 【\*こざかな：ほねごとたべるこざかなをさします。】

- サラダは、なまやさいではなく、すべてゆでてしゅうします。
- 【 】のしょくひんはあいちけんさんのものをしゅうしています。(てんこうなどにより、さんちがかわることがあります。)
- こんだてめいに( )できさいされているちょうみりょうは、こぶくろタイプです。
- ◎しるしはセンターでドレッシングなどであえてあります。
- ☆しるしはセンターであけてちょうりしてあります。
- ◆しるしは千秋小学校のしどうがかんがえたおうほこんだてです。
- 21日は「いちのみやをたべるがっこうきゅうしょくのひ」です。

○ 1日、2日、7日、8日、15日、20日、23日、27日、28日、30日のおかずには、調味料にえび・かに・くるみ・小麦・卵・乳を  
含むことがあります、食材にはこれらのアレルギーとそば・落花生を含んでいません。

一宮市では、学校給食課のウェブ  
ページに「好評献立」を掲載してい  
ます。  
ご家庭でも給食の味を再現してみ  
てください。


