



2025年 5月分 小学校給食献立予定表



一宮市教育委員会学校給食課
一宮市立朝日西小学校

日 曜	献立名	赤：主に体をつくるものになる		緑：主に体の調子を整える		黄：主にエネルギーのもとになる		中学年量を掲載	
		1群（たんぱく質）	2群（カルシウム）	3群（カロテン）	4群（ビタミン・食物繊維）	5群（炭水化物）	6群（脂質）	エネルギー（kcal）	たんぱく質（g）
		魚・肉・卵 大豆・大豆製品	牛乳・乳製品・海藻 骨ごと食べる小魚	色のこい野菜	その他の野菜・きのこ・果物	米・パン・めん いも・砂糖	油脂類・種実類		
1 木	ソフトめん					ソフトめん		685	28.6
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	さんさいあんかけソフトめん（しる）	ぶたにく・かまぼこ		にんじん	わらび・みず・だけのこ しめじ・はくさい	でんぶん	ごまあぶら		
	けんちんしのだのたれかけ	とうふ・あぶらあげ ぎょにくすりみ	ひじき	にんじん		さとう・でんぶん	あぶら		
	さつまいものマヨあえ				きゅうり	さつまいも	ノンエッグ マヨネーズ		
2 金	ごはん					こめ		544	19.8
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	かつおカツ	かつお			たまねぎ・しょうが	パンこ・こむぎこ・さとう	あぶら		
	アスパラサラダ			アスパラガス	もやし		ドレッシング		
	ちゃんこじる	とりにく		ほうれんそう・にんじん	はくさい・えのきたけ・しらたき				
7 水	ごはん					こめ		593	22.6
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	ヘルシーマーボードウフ	ぶたにく・とうふ だいず・みそ		にんじん・にら	だけのこ・たまねぎ にんにく・しょうが	さとう・でんぶん	あぶら		
	パンサンスー	ハム			きゅうり・とうもろこし	はるさめ・さとう	ごまあぶら		
8 木	まっちゃきなこあげパン	きなこ		まっちゃ		ロールパン・さとう	あぶら	636	20.6
	プチパン・5～6ねん：1こ					プチパン			
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	ごぼうツナサラダ	ツナ		こまつな	ごぼう		ノンエッグ マヨネーズ		
	グリーンポタージュ	ベーコン	ぎゅうにゅう スキムミルク	にんじん	たまねぎ・グリーンピース	じゃがいも こめこホワイトルウ	あぶら		
9 金	ごはん					こめ		599	21.9
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	いかメンチカツ	いか				でんぶん・こむぎこ パンこ・さとう	あぶら		
	じゃがいものカレーきんぴら	ぶたにく				じゃがいも・さとう はちみつ・でんぶん	あぶら・ごま		
	けんちんじる	とうふ・あぶらあげ		にんじん	だいこん・ごぼう・こんにゃく	さといも	ごまあぶら		
12 月	ごはん					こめ		574	27.0
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	さばのしおやき	さば					あぶら		
	ごもくにまめ	とりにく・だいず	こんぶ	にんじん	ごぼう	さとう	あぶら		
	だしをあげわうわかたけじる	とうふ	わかめ	みつば	だけのこ・はくさい				
13 火	ごはん					こめ		621	19.8
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	やさいはんぺん・2こ	とうふ・とうにゅう ぎょにくすりみ		にんじん	たまねぎ・えだまめ とうもろこし	さとう・でんぶん こむぎこ	あぶら		
	ひじきのいために	ツナ	ひじき		とうもろこし・グリーンピース	さとう	あぶら		
	とりだんごじる ＜とりだんご＞	とりにく		にんじん	だいこん・しめじ・しらたき ねぎ				
14 水	ごはん					こめ		598	23.3
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	おろしハンバーグ	ぶたにく・とりにく			たまねぎ・だいこん	さとう・でんぶん	あぶら・ロード		
	ほねぶとあえ		ちりめんじゃこ	ほうれんそう	もやし	さとう			
15 木	ソフトめん					ソフトめん		661	24.7
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	ミートソース	ぶたにく・ぶたしパー		にんじん・トマト	たまねぎ・マッシュルーム にんにく	ハヤシルウ・さとう	あぶら		
	ビーンズサラダ	ハム		ブロッコリー	えだまめ	しろいんげんまめ ひよこまめ	ノンエッグ マヨネーズ		
16 金	ごはん					こめ		593	20.0
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	いちのみやのなすとなまあげのあまずあん	なまあげ		あかピーマン	なす・たまねぎ	さとう・でんぶん	あぶら		
	きりぼしちゅうかサラダ			こまつな	きりぼしだいこん・とうもろこし	さとう	ごまあぶら		
	うきうきちゅうかたまごスープ	たまご・かまぼこ		チンゲンサイ にんじん	もやし・ほししいたけ	でんぶん			

応募献立 9日（金）

「じゃがいものカレーきんぴら」は、尾西第二中学校の生徒が考えた応募献立です。
カレー味で食べやすく、ごまを加えることで見た目もよく、味もおいしくなるように
考えてくれました。

一宮を食べる学校給食の日 16日（金）

一宮でとれた食材を多く使っています。一宮のなすと生揚げの甘酢あん
には「なす」、切干し中華サラダには「切干しだいこん」、うきうき中華
スープには市内の浮野地区でとれた「卵」が入っています。
一宮でとれた食材や献立名を太字で表記しています。

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！

2025年 5月分 小学校給食献立予定表

一宮市教育委員会学校給食課
一宮市立朝日西小学校



日	曜	献立名	赤：主に体をつくるものになる		緑：主に体の調子を整える		黄：主にエネルギーのもとになる		中学年量を掲載	
			1群（たんぱく質） 魚・肉・卵 大豆・大豆製品	2群（カルシウム） 牛乳・乳製品 海藻類 骨ごと食べる小魚	3群（カロテン） 色のこい野菜	4群（ビタミン・食物繊維） その他の野菜・きのこ・果物	5群（炭水化物） 米・パン・めん いも・砂糖	6群（脂質） 油脂類・種実類	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
19	月	ごはん					こめ		612	20.3
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		コロッケ	ぶたにく・ぎゅうにく		パセリ・にんじん	たまねぎ	じゃがいも・パンこ さとう・こむぎこ	あぶら		
		しらあえ	とうふ・だいず		ほうれんそう	えのきたけ	さとう	あぶら・ごま		
		さわにわん	ぶたにく		にんじん	だいこん・ごぼう・たけのこ ねぎ・ほししいたけ				
20	火	ごはん					こめ		607	21.5
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		ちくわのいそべあげ 1〜3ねん：2ほん 4〜6ねん：3ほん	ちくわ	あおのり			こめこ	あぶら		
		おひたし			ほうれんそう	もやし	さとう			
		すましじる	とりにく・とうふ		にんじん	だいこん・はくさい えのきたけ				
21	水	ごはん					こめ		587	26.6
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		きびなごのからあげ	きびなご				こめこ・でんぶん	あぶら		
		しんじゃがいものおかかあえ	とりにく かつおけすりぶし			たまねぎ・きゅうり	じゃがいも・さとう			
		はるキャベツのしろみそしる	なまあげ・みそ	わかめ		キャベツ・たけのこ えのきたけ				
22	木	ロールパン					ロールパン		606	19.7
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		はなやさいサラダ	ハム		ブロッコリー	カリフラワー・キャベツ		ドレッシング		
		コーンクリームスープ	ベーコン	ぎゅうにゅう スキムミルク	にんじん・パセリ	たまねぎ・とうもろこし	こめこホワイトル じゃがいも	あぶら		
23	金	むぎごはん					こめ・おおむぎ		622	17.7
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		ポークカレー	ぶたにく		にんじん・トマト	たまねぎ・にんにく・しょうが	カレールウ・じゃがいも	あぶら		
		フルーツヨーグルト		ヨーグルト		ナタデココ・もも パインアップル	さとう			
26	月	ごはん					こめ		662	21.6
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		つくね・2こ	とりにく・とりレバー			たまねぎ	でんぶん・さとう	あぶら		
		きりぼしだいコーンサラダ			こまつな	きりぼしだいこん とうもろこし		ノンエッグ マヨネーズ		
27	火	にくじゃが	ぶたにく・ちくわ		にんじん	たまねぎ・こんにゃく グリーンピース	じゃがいも・さとう	あぶら	611	20.9
		ごはん					こめ			
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		はるにしんのチリソース	にしん		ピーマン	たまねぎ・しょうが	こめこ・でんぶん・さとう	あぶら		
		かんてんサラダ	かまぼこ			きゅうり・キャベツ・かんてん	さとう	ごまあぶら		
28	水	ワンタンスープ	ぶたにく		チンゲンサイ・にんじん	はくさい・ねぎ	ワンタン		597	25.2
		ごはん					こめ			
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		とりにくとかぼちゃのあげに	とりにく		かぼちゃ	たまねぎ	さとう・でんぶん	あぶら		
		あかじそあえ			あかじそ	キャベツ・だいこん				
29	木	かきたまじる	だまご・かまぼこ こうやとうふ		にんじん・みつば	ねぎ・ほししいたけ	でんぶん		592	26.6
		むぎごはん					こめ・おおむぎ			
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		ほねごとさかなそぼろどん（ぐ）	かんばち・ツナ		にんじん	たまねぎ・しょうが・えだまめ	さとう	あぶら		
		ごまあえ			こまつな	はくさい	さとう	ごま		
30	金	ぶたじる	ぶたにく・なまあげ みそ	わかめ		だいこん・しめじ	じゃがいも		649	25.1
		ソフトめん					ソフトめん			
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		ちゃんぽん（しる）	ぶたにく・なると		にら	キャベツ・たまねぎ・ねぎ とうもろこし・にんにく				
		はるまき	ぶたにく		にんじん・にら	キャベツ・もやし・エリンギ	こむぎこ・でんぶん・さとう	あぶら ごまあぶら		
30	金	ひじきのナムル		ひじき	チンゲンサイ	もやし	さとう	ごまあぶら		

◆お知らせ◆

- ① 一宮市の給食では「そば・落花生」は、使用していません。
- ② 7日、12日、14日、20日、21日、26日、29日のおかずの原材料には「卵・乳・小麦・えび・かに・くるみ」を含んでいません。
- ③ 献立予定表には主な材料のみ記載しています。食物アレルギー情報の詳細については、栄養教諭・栄養士にお問い合わせください。
- ④ 都合により献立が変更になる場合があります。

★給食レシピ紹介★

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。給食の味を家庭でも再現できるように、分量や作り方が分かるようになっています。

