

令和6年5月分学校給食献立表

豊橋市曙学校給食センター

日	曜日	配膳例	献立名	食品の種類と体内でのほたらき						エネルギー(kcal) 小学 中学・ 高等	メモらん	
				赤主に体の組織をつくる食品群		緑主に体の調子を整える食品群		黄主にエネルギーになる食品群				
				1群 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 牛乳・乳製品 小魚・海そう	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖	6群 油脂 (種実)			
1	水		ごはん 生揚げのごまみそいため もずく汁 かしわもち	牛乳	豚肉、生揚げ、赤みそ かまぼこ	牛乳	にんじん にんじん、こまつな	たまねぎ、れんこん、しょうが 根深ねぎ、だいごん、えのきたけ	ごはん 砂糖、でん粉	ごま、米油、ごま油	609 760	かしわもち：5月5日は端午の節句
2	木		麦ごはん ドライカレー オムレツ やさしいスープ煮	牛乳 角チーズ	豚肉、大豆 卵 ロースハム	牛乳、角チーズ	パプリカ、ピーマン にんじん、パセリ	たまねぎ、しょうが、にんにく キャベツ、コーン	麦ごはん	米油 米油	668 836	
7	火		ごはん ヒレカツ(小1こ、中高2こ) ゆでやさしい 若竹汁	牛乳	Pソース 豚肉	牛乳	にんじん みつば	キャベツ たけのこ、たまねぎ、えのきたけ	ごはん 小麦粉	米油	597 751	
8	水		ごはん しゅうまい(小2こ、中高3こ) 中華あえ とり肉と生揚げの甘酢いため	牛乳	豚肉	牛乳	たまねぎ 切干しいたけ、もやし、きゅうり、コーン たまねぎ、たけのこ、れんこん、ぶなしめじ	ごはん 小麦粉		塩ドレッシング 米油	624 811	
9	木	皿	白玉うどん 白身魚のカリカリフライ ゆでやさしい 五目うどん	牛乳	Pソース たら	牛乳		白玉うどん じゃがいも	米油		609 754	白玉うどん：小麦粉は100%愛知県産
10	金		麦ごはん ピリ辛ひじき丼 やさしいスープ	牛乳	ひよこ豆フライ ひよこ豆フライ 豚肉、赤みそ ウインナー	牛乳 ひじき	赤ピーマン にんじん、パセリ	たまねぎ、えだまめ、しょうが キャベツ	麦ごはん 砂糖 じゃがいも	米油 米油	596 751	
13	月		ごはん ひじき入りぎょうざ(小2こ、中高3こ) そえやさしい 中華コーンスープ	牛乳	小魚 とり肉	牛乳、小魚 ひじき		キャベツ、たまねぎ もやし たまねぎ、コーン、エリンギ	ごはん 小麦粉	米油 米油	592 787	
14	火		ごはん ぶりのみりん焼き 青じそサラダ がんもどきとやさしいの煮つけ	牛乳	ぶり	牛乳	青じそ にんじん、さやいんげん	キャベツ、もやし、きゅうり こんにゃく、たけのこ、しいたけ		和風ドレッシング 米油	630 795	
15	水	皿	スライスパン ミニトマト(小1こ、中高2こ) ウインナーとやさしいのソテー クリーム煮	牛乳	大豆チョコスプレッド ウインナー	牛乳	ミニトマト パセリ	キャベツ、コーン たまねぎ	スライスパン	大豆チョコスプレッド バター、米油	663 794	スライスパン：小麦粉は50%愛知県産
16	木		ごはん ミンチカツ 茎わかめのきんぴら 白みそ汁	牛乳	かつおぶりかけ 豚肉	牛乳		たまねぎ こんにゃく、れんこん たまねぎ、だいごん、ぶなしめじ	ごはん 小麦粉 砂糖	米油 ごま、米油	664 838	
17	金		ごはん 肉だんごの甘酢あんかけ(小2こ、中高3こ) もやしソテー 中華スープ煮 一口アセロラゼリー	牛乳	豚肉、とり肉	牛乳	チンゲンサイ にんじん	もやし たまねぎ、コーン、しいたけ、しょうが アセロラ	ごはん	米油、ごま油 米油	588 766	
20	月		ごはん さばのみそ煮 やさしいため かき玉汁	牛乳	お抹茶大豆 さば、赤みそ	牛乳		キャベツ、もやし たまねぎ	ごはん	米油	620 776	
21	火		麦ごはん 青じそ春巻 そえやさしい マーボー豆腐	牛乳	とり肉	牛乳	青じそ にんじん 葉ねぎ	もやし にんにく、しょうが、たまねぎ、たけのこ	麦ごはん 小麦粉	米油 米油 ごま油、米油	756 867	
22	水	皿	ロールパン ハンバーグのワインソースかけ そえやさしい コンソメスープ	牛乳	豚肉、とり肉	牛乳		たまねぎ キャベツ、コーン たまねぎ、えだまめ	ロールパン 砂糖、でん粉	米油 米油	635 795	ロールパン：小麦粉は50%愛知県産
23	木		ごはん 子持ちししゃもフライ(小2こ、中高3こ) ゆでやさしい じゃがいもの含め煮	牛乳	Pソース ししゃも	牛乳	にんじん	キャベツ こんにゃく、たまねぎ、ぶなしめじ、たけのこ	ごはん 小麦粉	米油	620 819	
24	金		麦ごはん アスパラサラダ ほたて入りカレーライス ハスカップゼリー	牛乳	Pソース ほたてが、とり肉、豆乳	牛乳	グリーンアスパラ にんじん	コーン、キャベツ たまねぎ ハスカップ	麦ごはん	コンクリートドレッシング 米油	626 768	
27	月		ごはん あじの青のりフライ そえやさしい 豚汁	牛乳	あじ	牛乳 青のり	こまつな にんじん、葉ねぎ	キャベツ ごぼう、たまねぎ	ごはん 小麦粉	米油 米油	651 820	
28	火		ごはん たけのこの土佐煮 いり豆腐 豆乳プリンタルト	牛乳	ちくわ、油揚げ、かつお節 とり肉、豆腐、卵 豆乳	牛乳	さやえんどう にんじん	こんにゃく、たけのこ たまねぎ、えだまめ	ごはん 砂糖 砂糖	米油 なたね油	674 834	
29	水	皿	クロスロール ウインナーソーセージ(2こ) ポテトサラダ ポークピーンズ	牛乳	ウインナー	牛乳	にんじん にんじん、パセリ、トマト	きゅうり たまねぎ	クロスロール	卵無マヨネーズ 米油	751 854	クロスロール：小麦粉は50%愛知県産 ポークピーンズ：広報とよはし5月号掲載献立
30	木		ごはん 揚げどりのレモンソースかけ そえやさしい 打ち豆汁	牛乳	とり肉	牛乳	にんじん、葉ねぎ	レモン キャベツ だいごん、ごぼう、たまねぎ	ごはん 砂糖	米油 米油	652 820	打ち豆汁：福井県の郷土料理
31	金		ごはん いわしのしょうが煮 そえやさしい 肉だんごとやさしいのうま煮	牛乳	いわし	牛乳		しょうが キャベツ、もやし れんこん、たまねぎ、しいたけ	ごはん	米油	639 813	

- 献立は都合により変更する場合があります。
- スプーンマークはスプーンをつけます。
- 献立名の◎は学校へ直送します。
- 小学部のエネルギー(kcal)は、中学年の量を表示しています。
- P(パック)…卓上調味料のことで、各学級1本です。
- 太文字は愛知県産の予定です。

28品目のアレルゲンを含む商品の情報は裏面に表示しています。28品目以外のアレルゲンを含む食品の情報が必要な場合は、担当給食センターか保健給食課にてご確認ください。

※この面は、すべての食品が表示されているわけではありません。
(加工品で配合割合が少ない食品は表示されていません。)
※この面は、すべての調味料が表示されているわけではありません。
※同じ献立名でも使用する食品が異なる場合があります。
裏面をご確認ください。

5月に提供されるマーボー豆腐とかき玉汁の調理動画を掲載中です！ぜひご覧ください！

とよはし産学校給食の日

5月に使用するミニトマト、青じそは豊橋産です。
豊橋市は全国でも有数のミニトマト、青じその産地です。

「ほたて入りカレー」には、無償提供された北海道産のほたてを使用しています。
ぷりっとした大きいほたてをよくかんで味わって食べましょう。

ハスカップってなあに？

ハスカップゼリーに使用されるハスカップとは、主に北海道で栽培されるスイカズラ科の果物です。他の果物と比べ、鉄やカルシウムが多く含まれます。

スイカとは別の仲間だよ！

毎月19日は「食育の日～おうちごはんの日」です

保健給食課HP

保健給食課公式 YouTube

給食についてのご意見、お問い合わせ先
* 曙給食センター
☎21-6071
* 保健給食課
☎51-2835