

令和6年5月分学校給食献立表

豊橋市南部学校給食センター

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)	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 肉だんごの甘酢あんかけ(小2こ、中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		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 はるさめ 砂糖	米油、ごま油 米油	588 766	
2	木	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		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
7	火	ごはん ひじき入りきょうざ(小2こ、中3こ) そえやさい 中華コーンスープ	牛乳	角チーズ とり肉	牛乳、角チーズ 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	606 792	
8	水	スライスパン ミニトマト(小1こ、中2こ) ウインナーとやさいのソテー クリーム煮	牛乳	大豆チョコスプレッド ウインナー		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 米油 バター、米油	663 794	スライスパン：小麦粉は50%愛知県産
9	木	ごはん 子持ちししゃもフライ(小2こ、中3こ) ゆでやさい じゃがいもの含め煮	牛乳	Pソース ししゃも		にんじん	キャベツ	ごはん 小麦粉	米油	622 822	
10	金	麦ごはん ドライカレー オムレツ やさいのスープ煮	牛乳	小魚 豚肉、大豆 卵 ロースハム		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	654 832	
13	月	ごはん あじの青のりフライ そえやさい 豚汁	牛乳	あじ 豚肉、豆腐、赤みそ		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	653 822	
14	火	クロスロール ウインナーソーセージ(2こ) ポテトサラダ ポークビーンズ	牛乳	ウインナー		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	じゃがいも 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 ポークビーンズ：広報とよはし5月号掲載献立
15	水	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 揚げはんぺん 油揚げ、豆腐、白みそ	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 じゃがいも	666 840	
16	木	ごはん いわしのしょうが煮 そえやさい 肉だんごとやさいのうま煮	牛乳	いわし 肉だんご、うずら卵、生揚げ		にんじん、さやえんどう	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	
17	金	麦ごはん 青じそ春巻 そえやさい マーボー豆腐	牛乳	とり肉 豚肉、大豆、とりレバー、豆腐、赤みそ		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	699 883	
20	月	ごはん ヒレカツ(小1こ、中2こ) ゆでやさい 若竹汁	牛乳	Pソース 豚肉		にんじん	キャベツ	ごはん 小麦粉	米油	599 753	
21	火	ごはん しゅうまい(小2こ、中3こ) 中華あえ とり肉と生揚げの甘酢いため	牛乳	P塩ドレッシング 豚肉		みつば	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	
22	水	ロールパン ハンバーグのワインソースかけ そえやさい コンソメスープ	牛乳	豚肉、とり肉		にんじん、こまつな	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 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		にんじん	キャベツ、もやし たまねぎ	ごはん	米油	620 776	
24	金	麦ごはん ぶり辛ひじき丼 やさいスープ	牛乳	ひよこ豆フライ 豚肉、赤みそ ウインナー		にんじん、葉ねぎ	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	
27	月	ごはん ぶりのみりん焼き 青じそサラダ がんもどきとやさいの煮つけ	牛乳	P和風ドレッシング ぶり		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	ごはん 小麦粉	和風ドレッシング 米油	630 795	
28	火	ごはん 揚げどりのレモンソースかけ そえやさい 打ち豆汁	牛乳	とり肉		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	653 821	打ち豆汁：福井県の郷土料理
29	水	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		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	697 848	
30	木	白玉うどん 白身魚のかりかりフライ ゆでやさい 五目うどん	牛乳	Pソース たら		にんじん、こまつな	キャベツ たまねぎ、しいたけ	白玉うどん じゃがいも	米油	610 756	白玉うどん：小麦粉は100%愛知県産
31	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コンソメドレッシング ほたてが、い、とり肉、豆乳		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	コンソメドレッシング 米油	626 768	

- 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。
- 小学校のエネルギー(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。

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。
ぶ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

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！

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
* 南部給食センター ☎45-4512
* 保健給食課 ☎51-2835