

令和8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) 小学校 中学校	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 大豆・大豆製品	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	金	ごはん 生揚げのごまみそいため もずく汁 フローズンヨーグルト	牛乳 赤しそふりかけ	豚肉、生揚げ、赤みそ かまぼこ	牛乳 もずく 牛乳	にんじん、ごまつな にんじん、みつば	れんこん、根深ねぎ、しょうが たまねぎ、だいこん、えのきたけ	ごはん 砂糖 砂糖	ごま、米油、ごま油	614 764	
7	木	ごはん ミンチカツ そえやさい 茗竹汁	牛乳 赤しそふりかけ	豚肉	牛乳 わかめ	赤しそふりかけ にんじん みつば	たまねぎ キャベツ たけのこ、たまねぎ、えのきたけ	ごはん 小麦粉 なたね油 米油		615 774	
8	金	ごはん さばのみそ煮 そえやさい 肉だんごやさいのうま煮	牛乳	さば、赤みそ	牛乳		キャベツ、もやし たまねぎ、しいたけ	ごはん 米油 米油		613 781	
11	月	ごはん 一口カツ ゆでやさい がんもどきとやさいの煮つけ	牛乳 Pソース	豚肉	牛乳	にんじん にんじん、葉ねぎ	キャベツ こんにゃく、たまねぎ、たけのこ しいたけ	ごはん 小麦粉 砂糖 米油	なたね油	596 759	
12	火	皿 ロールパン 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 P卵無マヨネーズ	ウインナーソーセージ 豚肉、大豆	牛乳	にんじん にんじん、パセリ、トマト	きゅうり、コーン たまねぎ	ロールパン じゃがいも 卵無マヨネーズ 米油		707 869	ロールパン：小麦粉は50%愛知県産
13	水	ごはん 麦ごはん ピリ辛ひじき丼 つみれ汁 一口アセロラゼリー	牛乳	豚肉、赤みそ すりみボール、生揚げ	牛乳 ひじき	赤ピーマン にんじん、葉ねぎ	たまねぎ、えだまめ、しょうが だいこん、たけのこ アセロラ	麦ごはん 砂糖 砂糖	米油	581 735	
14	木	皿 白玉うどん ぶりの竜田揚げ 塩こんぶあえ 米粉カレーあんかけ	牛乳	ぶり とり肉、油揚げ、かまぼこ	牛乳	塩こんぶ にんじん、葉ねぎ	キャベツ、きゅうり たまねぎ、しいたけ	白玉うどん なたね油 ごま、ごま油		625 746	白玉うどん：小麦粉は100%愛知県産
15	金	麦ごはん 青じそサラダ マーボー豆腐	牛乳 味付乾燥小魚 P卵中華ドレッシング	豚肉、大豆、とりレバー 豆腐、赤みそ	牛乳、味付乾燥小魚	青じそ 葉ねぎ	キャベツ、もやし、きゅうり にんにく、しょうが、たまねぎ たけのこ	麦ごはん 砂糖、でん粉 ごま油、米油	塩中華ドレッシング	618 770	
18	月	ごはん ひじき入り揚げぎょうざ(小2こ、中3こ) もやしいため 中華スープ	牛乳	とり肉	牛乳 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 なたね油 米油		579 764	
19	火	ごはん ごまだれ肉だんご(小2こ、中3こ) たけのこの土佐煮 いり豆腐	牛乳	とり肉 ちくわ、油揚げ、かつお節 とり肉、豆腐、卵	牛乳	にんじん、葉ねぎ	たまねぎ こんにゃく、たけのこ たまねぎ	ごはん 砂糖 砂糖 米油	ごま	637 818	
20	水	ごはん あじフライ ひじきのいため煮 打ち豆汁	牛乳	あじ 油揚げ、揚げはんぺん 打ち豆、生揚げ、白みそ	牛乳 ひじき	にんじん にんじん、葉ねぎ	こんにゃく だいこん、ごぼう、たまねぎ	ごはん 小麦粉 砂糖 砂糖 ながいも	なたね油 米油	681 859	打ち豆汁：福井県の郷土料理
21	木	麦ごはん 米粉ドライカレー オムレツ やさいのスープ煮	牛乳	豚肉、大豆 卵 ウインナーソーセージ	牛乳	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		659 831	
22	金	ごはん いわしの梅煮 いんげんのごまあえ 実だくさんのみそ汁	牛乳	いわし とり肉、生揚げ、赤みそ	牛乳	にんじん、さやいんげん にんじん、葉ねぎ	梅 もやし ごぼう、たまねぎ、だいこん	ごはん 砂糖 砂糖 ごま		583 745	
25	月	ごはん 揚げどりのレモンソースかけ 茎わかめのきんぴら 白みそ汁	牛乳	とり肉 揚げはんぺん 油揚げ、豆腐、白みそ	牛乳	にんじん ごまつな	レモン こんにゃく、れんこん ごぼう、たまねぎ、だいこん ぶなしめじ	ごはん 砂糖 砂糖 じゃがいも	なたね油 米油	610 773	
26	火	皿 ミルクロール アスパラとベーコンのソテー ハヤシチュー	牛乳 角チーズ	ベーコン 豚肉、大豆	牛乳、チーズ	グリーンアスパラ にんじん、トマト	コーン、キャベツ たまねぎ、マッシュルーム	ミルクロール じゃがいも 米油 米油		595 742	ミルクロール：小麦粉は50%愛知県産
27	水	ごはん しゅうまい(小2こ、中3こ) そえやさい 中華いため煮	牛乳	豚肉 豚肉、うずら卵、なると巻	牛乳	にんじん にんじん、チンゲンサイ	たまねぎ もやし たまねぎ、たけのこ、キャベツ きくらげ	ごはん 小麦粉 米油	ごま油、米油	608 789	
28	木	皿 スライスパン ウインナーとやさいのソテー ミニトマト(小1こ、中2こ) クリーム煮	牛乳 大豆チョコスプレッド	ウインナーソーセージ とり肉	牛乳 チーズ、生クリーム 調理用牛乳、脱脂粉乳	パセリ ミニトマト にんじん、グリーンアスパラ	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	663 791	スライスパン：小麦粉は50%愛知県産
29	金	ごはん めひかりフライ(小2こ、中3こ) いためなます じゃがいもの含め煮	牛乳	めひかり 油揚げ とり肉、揚げはんぺん	牛乳	にんじん にんじん、さやいんげん	切干しいんげん こんにゃく、たまねぎ ぶなしめじ、たけのこ	ごはん 小麦粉 砂糖 じゃがいも、砂糖	なたね油 米油	602 790	

- 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④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(バック)…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。

29品目のアレルギーを含む商品の情報は裏面に表示しています。29品目以外のアレルギー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、米粉カレーあんかけ、茎わかめのきんぴらなど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

* 曙給食センター

☎21-6071

* 保健給食課

☎51-2835



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。



毎月19日は『食育の日～おうちでごはんの日』です

親子フード・カルチャー・インサマー開催!

普段入ることができない給食センターの見学や、作ったメニューを食べることができるイベントです。開催日程、会場、申し込み方法等詳細はホームページをご覧ください。



魚の骨について

魚にも人間のように骨があり、大きさ・種類によって固さが違います。魚の骨には栄養があり、骨ごと食べられる魚もあります。固い骨があった場合、ゆっくりよくかんで食べることで骨に気づくことができます。給食ではよくかんで食べましょう。

