

令和8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はたらき						エネルギー(kcal)	メモらん
				①主に体の組織をつくる食品群		②主に体の調子を整える食品群		③主にエネルギーになる食品群			
				1群	2群	3群	4群	5群	6群		
1	金		ごはん ミンチカツ そえやさい 若竹汁	牛乳 赤しそふりかけ	豚肉 かまぼこ、豆腐	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	
7	木		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 ごま	583 745	
8	金		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	658 831	
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 なたね油 米油	596 759	
12	火		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	豚肉、生揚げ、赤みそ かまぼこ	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 ごま、米油、ごま油 砂糖	614 764	
13	水		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 豚肉、豆腐、なると巻	牛乳	ひじき にんじん、チンゲンサイ	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	
14	木		ロールパン ウインナーソーセージ(2こ) ポテトサラダ ポークピーンズ	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
15	金		ごはん さばのみそ煮 そえやさい 肉だんごとやさいのうま煮	牛乳	さば、赤みそ 肉だんご、生揚げ	牛乳	にんじん、さやいんげん	キャベツ、もやし たまねぎ、しいたけ	ごはん 米油 米油	613 781	
18	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	610 773	
19	火		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 ぎくらげ	ごはん 小麦粉 米油 ごま油、米油	608 789	
20	水		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
21	木		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 米油 砂糖	580 735	
22	金		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
25	月		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	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	681 859	打ち豆汁：福井県の郷土料理
26	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 ごま 砂糖 砂糖 米油	637 832	
27	水		麦ごはん 青じそサラダ マーボー豆腐	牛乳 P塩中華ドレッシング	味付乾燥小魚 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 塩中華ドレッシング 砂糖、でん粉 ごま油、米油	616 783	
28	木		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	牛乳	パセリ ミニトマト	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	切干しだいこん 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 砂糖 じゃがいも、砂糖	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 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

* 南部給食センター

☎45-4512

* 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。

