



令和6年 5月分献立表



豊川市学校給食課(南部学校給食センター)

日 曜	献立名	主な食品とその働き						メモ欄		
		赤/体を作る		緑/体の調子を整える		黄/エネルギーになる				
		1群 魚・肉・卵 大豆・大豆製品	2群 牛乳・乳製品 小魚・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物・きのこ	5群 米・パン・めん いも・砂糖	6群 油脂・種実			
1	水	ごはん 牛乳 肉どうぶ いわしのしょうが煮 しんごあえ [たくあん漬]		ぶた肉 冷凍とうふ いわし	牛乳	にんじん はねぎ	たまねぎ たけのこ しょうが キャベツ きゅうり たくあん漬 [だいこん]	ごはん さとう でんぷん さとう でんぷん [さとう]		
2	木	わかめごはん 牛乳 すまし汁 ごぼう入りつくね(㊸2こ・㊹3こ) 赤しそあえ かしわもち		とうふ かまぼこ とり肉	牛乳 わかめ	にんじん みつば	たまねぎ えのきたけ たまねぎ ごぼう しょうが キャベツ きゅうり	ごはん さとう		子どもの日献立 かしわもち:学校配送
7	火	麦ごはん 牛乳 じゃがいもだんご汁 [じゃがいもだんご] ぶた肉丼 あまなつみかん		冷凍油揚げ かまぼこ ぶた肉	牛乳	にんじん みつば	だいこん 干しいたけ たまねぎ こんにゃく あまなつみかん	ごはん 大麦 じゃがいもだんご [じゃがいも でんぷん] さとう でんぷん		ぶた肉丼:麦ごはんに ぶた肉丼の具をのせて 食べましょう。
8	水	ごはん 牛乳 米粉のカレースープ メンチカツ ポイルキャベツ	パックソース	まぐろ水煮 ぶた肉	牛乳	にんじん	たまねぎ エリンギ むきえだ豆 たまねぎ キャベツ	ごはん じゃがいも パン粉 小麦粉 でんぷん さとう	油	
9	木	ごはん 牛乳 若竹汁 かつおのおかか煮 ごまあえ ヨーグルト		とうふ かつお かつおぶし	牛乳 わかめ	にんじん みつば	たまねぎ たけのこ しょうが キャベツ	ごはん さとう でんぷん さとう		ヨーグルト:学校配送
10	金	ごはん 牛乳 生揚げのみそ煮 厚焼きたまご 三色炒め		ぶた肉 冷凍生揚げ 赤みそ 鶏卵	牛乳	にんじん さやいんげん	だいこん こんにゃく キャベツ もやし	ごはん さとう でんぷん さとう	油 油 油	
13	月	ごはん 牛乳 チャプチェ しゅうまい(㊸2こ・㊹3こ) やさい炒め		ぶた肉 ぶた肉 とり肉 たら	牛乳	にんじん ピーマン	にんにく たけのこ たまねぎ たまねぎ コーン キャベツ	ごはん はるさめ さとう でんぷん 小麦粉 さとう 小麦粉	油 油 油	
14	火	白玉うどん 牛乳 山菜うどん [山菜] かき揚げ メロン		とり肉 油揚げ	牛乳	にんじん はねぎ	たまねぎ 干しいたけ 山菜 [わらび ぜんまい たけのこ えのきたけ] たまねぎ メロン	白玉うどん でんぷん		山菜うどん:山菜うど んにかき揚げをのせて 食べましょう。
15	水	ごはん 牛乳 じゃがいものそばろ煮 うの花はんぺん(㊸2こ・㊹3こ) きゅうりあえ [きゅうり漬]		ぶた肉 たら いとより おから	牛乳	にんじん さやいんげん	おろししょうが たまねぎ こんにゃく たまねぎ キャベツ きゅうり きゅうり漬 [きゅうり]	ごはん じゃがいも さとう でんぷん さとう	油 油	
16	木	ごはん 牛乳 中華スープ チンジャオロウスー ミニトマト(2こ) 角チーズ		とうふ なたまき うずらたまご ぶた肉	牛乳	にんじん	たまねぎ コーン もやし おろししょうが たけのこ	ごはん さとう でんぷん	油 油	豊川産ミニトマトの日
17	金	ごはん 牛乳 春だいののみぞれ汁 えびカツ ポテトサラダ	マヨネーズドレッシング	とり肉 かまぼこ えび たら	牛乳	にんじん こまつな	干しいたけ だいこん たまねぎ むきえだ豆 コーン	ごはん でんぷん でんぷん 小麦粉 小麦粉 じゃがいも	油 油 マヨネーズドレッシング	
20	月	ごはん 牛乳 白みそ汁 にしんの塩焼き たけのこのピリ辛炒め		とうふ 油揚げ 白みそ にしん 揚げはん	牛乳	はねぎ	たまねぎ えのきたけ	ごはん じゃがいも		
21	火	サンドイッチロールパン 牛乳 米粉のコーンクリームスープ ホットドッグ(ウインナー ㊸2こ・㊹3こ /キャベツソテー)	ミニクチャップ	豆乳 ウインナーソーセージ	牛乳	パセリ	たまねぎ コーン クリームコーン キャベツ	サンドイッチロールパン じゃがいも	油 油	ホットドッグ:サンドイ ッチロールパンにウイ ンナーとキャベツソテーを はさみ、ミニクチャップを かけて食べましょう。
22	水	ごはん 牛乳 白玉汁 米粉のコロッケ 切り干しだいこんのサラダ	ごまドレッシング	冷凍とうふ ぶた肉 牛肉	牛乳	にんじん はねぎ	たまねぎ えのきたけ たまねぎ 切り干しだいこん コーン きゅうり	ごはん 白玉ふ じゃがいも さとう 米粉パン粉 米粉	油 油	ごまドレッシング
23	木	ごはん 牛乳 マーボーどうぶ ぎょうざ(㊸2こ・㊹3こ) もやしのナムル		ぶた肉 冷凍とうふ 赤みそ ぶた肉	牛乳	はねぎ	おろししょうが たまねぎ キャベツ たまねぎ にんにく もやし にんにく	ごはん さとう でんぷん パン粉 でんぷん さとう 小麦粉	油 油 油	
24	金	ごはん 牛乳 いなか汁 ささみのうめ青じそフライ 糸切りこんぶの煮付け		冷凍油揚げ とり肉 揚げはん	牛乳	にんじん はねぎ	たまねぎ ごぼう こんにゃく 梅肉	ごはん パン粉 小麦粉 米粉 さとう	油	
27	月	ごはん 牛乳 わかめスープ 酢ぶた ミニトマト(2こ) アーモンド小魚		とうふ なたまき ぶた肉	牛乳 わかめ	はねぎ	コーン もやし たけのこ たまねぎ 干しいたけ	ごはん さとう 米粉	油	豊川産ミニトマトの日
28	火	麦ごはん 牛乳 米粉のカレーライス えだ豆とコーンのソテー 福神漬		ぶた肉 豆乳 カットウインナー	牛乳	にんじん	たまねぎ むきえだ豆 コーン だいこん かりなす れんこん きゅうり なた豆 しょうが	ごはん 大麦 じゃがいも	油 油	
29	水	ごはん 牛乳 みそ汁 とり肉のあま酢かけ 大豆とひじきのサラダ	たまねぎドレッシング	生揚げ 赤みそ 白みそ とり肉	牛乳	にんじん はねぎ	たまねぎ ごぼう えのきたけ コーン きゅうり	ごはん さとう でんぷん	たまねぎドレッシング	
30	木	愛知のツイストパン 牛乳 やさしいスープ ハンバーグのワインソースかけ フルーツゼリーミックス [みかんゼリー]		とり肉 ぶた肉	牛乳	にんじん	だいこん たまねぎ キャベツ エリンギ たまねぎ りんごレトルト パインレトルト みかんゼリー [みかん果汁]	愛知のツイストパン さとう でんぷん	油 油	
31	金	ごはん 牛乳 親子煮 青じそ入りあじフライ こまつなと油揚げのごま炒め		とり肉 液卵 あじ 冷凍油揚げ	牛乳	にんじん みつば	たまねぎ 青じそ もやし	ごはん じゃがいも さとう パン粉	油 油	

●献立表の㊸は小学校、㊹は中学校です。 ●食物アレルギーの確認は加工食品アレルギー表示表をご覧ください。 ●太字は愛知県で作られた食品です。
●調味料やだし等については予定献立表をご覧ください。 ●都合により献立及び食品を変更する場合があります。

給食レシピの紹介 若竹汁

〈材料(4人分)〉
 ・厚削節 …………… 12g ・とうふ(さいのめ切り) …………… 100g
 ・だし用こんぶ …………… 1g ・乾燥わかめ(もどして一口大) …… 2g
 ・にんじん(いちよう切り) …… 80g ・みつば(1cm) …………… 12g
 ・たまねぎ(1/2スライス) …… 80g ・うすくちしょうゆ …… 大さじ1と1/3
 ・たけのこ(一口大スライス) …… 60g

〈作り方〉
 ①厚削節とだし用こんぶでだしをとる。たけのこは下ゆでする。
 ②だし汁の中ににんじん、たまねぎ、たけのこ、とうふの順に加えて煮る。
 ③うすくちしょうゆで味をととのえ、わかめとみつばを加えて仕上げます。

5月の「豊川産〇〇の日」

豊川でつくられた食材です!



ミニトマト



豊川市は野菜の産地なので、ぜひ、地元の野菜をたくさん食べてください

豊川市東上町 富永 陽市 さんです。



いなりん 学校給食課



予定献立表・加工食品アレルギー表示表・給食レシピ・食材産地などは豊川市学校給食課のホームページでご覧いただけます。

毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日～」です