



# 令和6年 5月分献立表



豊川市学校給食課(学校給食センター)

日 曜	献立名	主な食品とその動き						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	わかめごはん 牛乳 すまし汁 ごぼう入りつくね(㊸2こ・㊸3こ) 赤しそあえ かしわもち ごはん 牛乳 春だいのんのみぞれ汁 えびカツ ポテトサラダ		とうふ かまぼこ とり肉	牛乳 わかめ	にんじん みつば 赤しそ粉	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 でんぷん さとう 油 あずき さとう 米粉 油	子どもの日献立 かしわもち:学校配送
2 木	ごはん 牛乳 春だいのんのみぞれ汁 えびカツ ポテトサラダ		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 パン粉 小麦粉 油 じゃがいも マヨネーズドレッシング	
7 火	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 にんじん こまつな	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 すりごま	ヨーグルト:学校配送
8 水	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 ごはん 牛乳 マーボー豆腐 ぎょうざ(㊸2こ・㊸3こ) もやしのナムル 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		冷凍油揚げ かまぼこ ぶた肉	牛乳	にんじん みつば はねぎ	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 だんご】 さとう でんぷん 油	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。
9 木	ごはん 牛乳 マーボー豆腐 ぎょうざ(㊸2こ・㊸3こ) もやしのナムル 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		ぶた肉 冷凍とうふ 赤みそ ぶた肉	牛乳	はねぎ にんじん こまつな	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 油 パン粉 でんぷん さとう 小麦粉 油 さとう 油	
10 金	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	
13 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 にんじん ピーマン ミニトマト	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
14 火	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 油 でんぷん さとう 油	
15 水	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 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・㊸3こ /キャベツソース)		冷凍油揚げ とり肉 揚げはん	牛乳	にんじん はねぎ 青じそ にんじん	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 油 さとう サンドイッチロールパン	
16 木	ごはん 牛乳 肉豆腐 いわしのしょうが煮 しんごあえ 【たくあん漬】	ミニケチャップ	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 油 さとう でんぷん	ホットドッグ:サンドイ ッチロールパンにウイン ナーとキャベツソースを はさみ、ミニケチャップを かけて食べましょう。
17 金	ごはん 牛乳 肉豆腐 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 油 さとう でんぷん 【さとう】	
20 月	ごはん 牛乳 チャプチェ しゅうまい(㊸2こ・㊸3こ) やさしい炒め 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		ぶた肉 ぶた肉 とり肉 たら	牛乳	にんじん ピーマン チンゲンサイ	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 油 いらごま でんぷん 小麦粉 さとう 小麦粉 油	
21 火	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		生揚げ 赤みそ 白みそ とり肉 水煮大豆	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	
22 水	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 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 液卵 あじ 冷凍油揚げ	牛乳	にんじん みつば 青じそ にんじん こまつな	たまねぎ たまねぎ もやし	ごはん じゃがいも さとう 油 パン粉 さとう 油 いらごま すりごま 愛知のツイストパン	
23 木	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		冷凍とうふ ぶた肉 牛肉	牛乳	にんじん はねぎ にんじん パセリ	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 白玉汁 じゃがいも さとう 油 米粉パン粉 米粉 ごまドレッシング	
27 月	ごはん 牛乳 じゃがいものそばろ煮 うの花はんぺん(㊸2こ・㊸3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 にんじん	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 油 でんぷん さとう 【さとう】	
28 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 にんじん しゅんぎく	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	ごはん 白玉うどん でんぷん 小麦粉 でんぷん 油	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。
29 水	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 しそ	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	
30 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 ピーマン 赤ピーマン ミニトマト	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
31 金	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 たけのこ	ごはん じゃがいも 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る。

### 5月の「豊川産〇〇の日」

豊川でつくられた食材です!

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

ミニトマト 豊川市東上町 富永 陽市さんです。

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・食産地などは豊川市学校給食課のホームページをご覧ください。

毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日～」です