



令和7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	主な食品とその動き						メモ欄
			赤／体をつくる		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	木	わかめごはん 牛乳		牛乳 わかめ			ごはん さとう		こどもの日献立 かしわもち:学校配送
		すまし汁	とうふ かまぼこ		にんじん はねぎ	たまねぎ えのきたけ			
		ごぼう入りつくね(㊤2こ・㊤3こ)	とり肉		赤しそ粉	たまねぎ ごぼう しょうが	でんぷん さとう	油	
		赤しそあえ				キャベツ きゅうり			
2	金	かしわもち		寒天			あずき さとう 米粉	油	
		ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
		春だいこんのみぞれ汁	とり肉 かまぼこ		にんじん こまつな	干ししいたけ だいこん	でんぷん		
		メンチカツ	ぶた肉 とり肉			たまねぎ	でんぷん さとう 小麦粉 パン粉	油	
7	水	ポテトサラダ	マヨネーズドレッシング			むきえだ豆 コーン	じゃがいも	マヨネーズドレッシング	
		ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
		生揚げのみそ煮	ぶた肉 冷凍生揚げ 赤みそ		にんじん さやいんげん	だいこん こんにゃく	さとう	油	
		厚焼きたまご	鶏卵				でんぷん さとう	油	
8	木	三色炒め			にんじん	キャベツ もやし		油	
		ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
		ぶ玉汁	とうふ		にんじん はねぎ	たまねぎ えのきたけ	白玉ふ		
		米粉のコロッケ	ぶた肉 牛肉		にんじん パセリ	たまねぎ	じゃがいも さとう 米粉 米粉パン粉	油	
9	金	切り干しだいこんのサラダ	ごまドレッシング			切り干しだいこん コーン きゅうり		ごまドレッシング	
		麦ごはん 牛乳		牛乳			ごはん 大麦		
		米粉のカレーライス	ぶた肉 豆乳		にんじん	たまねぎ	じゃがいも	油	
		えだ豆とコーンのソテー	カットウインナー			むきえだ豆 コーン だいこん うり なす れんこん きゅうり		油	
12	月	福神漬			しそ	なた豆 しょうが	さとう		
		ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
		若竹汁	とうふ	わかめ	にんじん みつば	たまねぎ たけのこ			
		かつおのおかか煮	かつお かつおぶし			しょうが	さとう でんぷん		
13	火	ごまあえ			にんじん こまつな	キャベツ	さとう	すりごま	
		ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
		みそ汁	生揚げ 赤みそ 白みそ		にんじん はねぎ	たまねぎ ごぼう えのきたけ			
		揚げとり肉のあま酢かけ	とり肉				米粉 さとう でんぷん	油	
14	水	大豆とひじきのサラダ	たまねぎドレッシング	水煮大豆	ひじき	コーン きゅうり		たまねぎドレッシング	
		ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
		肉どうふ	ぶた肉 冷凍とうふ		にんじん はねぎ	たまねぎ たけのこ	さとう でんぷん	油	
		いわしのしょうが煮	いわし			しょうが	さとう でんぷん		
15	木	しんごあえ [たくあん漬]				キャベツ きゅうり たくあん漬 [だいこん]	[さとう]		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 ニケチャップをかけて 食べましょう。
		サンドイッチロールパン 牛乳		牛乳			サンドイッチロールパン		
		米粉のコーンクリームスープ	豆乳		パセリ	たまねぎ コーン クリームコーン	じゃがいも	油	
		ホットドッグ (ウインナー)㊤1・2年1こ・その他2こ (キャベツソテー)	ミニケチャップ	ウインナーソーセージ		キャベツ		油	
16	金	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
		わかめスープ	とうふ なたまき	わかめ	はねぎ	コーン もやし			
		酢ぶた	ぶた肉		にんじん ピーマン	たけのこ たまねぎ 干ししいたけ	さとう 米粉	油	
		あまなつみかん				あまなつみかん			
19	月	麦ごはん 牛乳		牛乳			ごはん 大麦		豊川産ミニトマトの日 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。
		じゃがいもだんご汁 [じゃがいもだんご]	冷凍油揚げ かまぼこ		にんじん	だいこん 干ししいたけ	じゃがいもだんご [じゃがいも でんぷん]		
		ぶた肉丼	ぶた肉		はねぎ	たまねぎ こんにゃく	さとう でんぷん	油	
		ミニトマト(2こ)		ミニトマト					
20	火	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
		マーボーどうふ	ぶた肉 冷凍とうふ 赤みそ		はねぎ	おろししょうが たまねぎ	さとう でんぷん	油	
		ぎょうざ(㊤2こ・㊤3こ)	ぶた肉		にら	キャベツ たまねぎ にんにく	パン粉 でんぷん さとう 小麦粉	油	
		もやしのナムル			にんじん こまつな	もやし にんにく	さとう	油	
21	水	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
		親子煮	とり肉 液卵		にんじん みつば	たまねぎ	じゃがいも さとう		
		きびなごのから揚げ	きびなご			しょうが	さとう 米粉 でんぷん	油	
		こまつなと油揚げのごま炒め	冷凍油揚げ		にんじん こまつな	もやし	さとう	油 いりごま すりごま	
22	木	ミルクロールパン 牛乳		牛乳			ミルクロールパン		
		やさいスープ			にんじん	だいこん たまねぎ キャベツ エリンギ		油	
		ハンバーグのワインソースかけ	とり肉 ぶた肉			たまねぎ	でんぷん さとう	油	
		フルーツゼリーミックス [みかんゼリー]				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]	[さとう]		
23	金	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
		白みそ汁	とうふ 油揚げ 白みそ		はねぎ	たまねぎ えのきたけ	じゃがいも		
		にしんの塩焼き	にしん						
		くきわかめの煮付け	揚げはん	くきわかめ	にんじん		さとう	油	
26	月	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
		チャプチェ	ぶた肉		にんじん ピーマン	にんにく たけのこ たまねぎ	はるさめ さとう	油 いりごま	
		しゅうまい(㊤2こ・㊤3こ)	ぶた肉 とり肉 たら			たまねぎ	でんぷん パン粉 さとう 小麦粉	油	
		やさい炒め			チンゲンサイ	コーン キャベツ		油	
27	火	白玉うどん 牛乳		牛乳			白玉うどん		山菜うどん:山菜うど んにいかの天ぷらを のせて食べましょう。
		山菜うどん [山菜]	とり肉 油揚げ		にんじん はねぎ	たまねぎ 干ししいたけ 山菜 [わらび ふき みず]	でんぷん		
		いかの天ぷら	いか				小麦粉 でんぷん	油	
		きゅうりあえ [きゅうり漬]				キャベツ きゅうり きゅうり漬 [きゅうり]	[さとう]		
28	水	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
		じゃがいものそばろ煮	ぶた肉		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	じゃがいも さとう	油	
		うの花はんぺん(㊤2こ・㊤3こ)	たら おから		にんじん	たまねぎ	でんぷん さとう	油	
		メロン				メロン			
29	木	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		豊川産ミニトマトの日
		中華スープ	とうふ なたまき うずらたまご			たまねぎ コーン もやし		油	
		チンジャオロウスー	ぶた肉		ピーマン 赤ピーマン	おろししょうが たけのこ たまねぎ	さとう でんぷん	油	
		ミニトマト(2こ) ㊤アーモンド小魚		かたくちいわし	ミニトマト				
30	金	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
		いなか汁	冷凍油揚げ		にんじん はねぎ	たまねぎ ごぼう こんにゃく			
		青じそ入りあじフライ	あじ		青しそ粉		パン粉	油	
		糸切りこんぶの煮付け	揚げはん	糸切りこんぶ	にんじん		さとう		

●献立表の㊤は小学校、㊤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。 ●太字は愛知県産の予定です。
●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

こまつなと油揚げのごま炒め

〈材料(4人分)〉

- ・ごま油 …………… 小さじ1
- ・にんじん(せん切り) …… 40g
- ・こまつな(1cm) …… 40g
- ・もやし(2cm) …… 80g
- ・油揚げ(1/2、0.5cm、油ぬぎ) …32g

〈作り方〉

- ①ごま油でにんじん、こまつな、もやしの順に炒める。
- ②火が通ったら調味料Aを入れて炒め、油揚げを加える。
- ③いり白ごま、すり白ごまを入れて香りを出して仕上げる。

5月の「豊川産〇〇の日」

豊川でつくられた食材です！



ミニトマト

頑張って作りました。
美味しく食べてくだ
さいね。



豊川市行明町 渡辺 紀昌さんです。



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をご覧い
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