

一宮市教育委員会学校給食課 北部・中学校

毎月19日は「食育の日」です。
食について、家族でも話し合ってみましょう！



令和6年5月分 学校給食献立予定表



食事のきまりを知ろう

日	曜	献立名	赤：主に体の組織をつくる		緑：主に体の調子を整える		黄：主にエネルギーになる		献立に含まれるアレルギー表示 (28品目)	エネルギー (kcal)
			1群(たんぱく質)	2群(カルシウム)	3群(カロテン)	4群(ビタミン)	5群(炭水化物)	6群(脂質)		
			魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 骨ごと食べる小魚 海そう	緑黄色野菜	その他の野菜 果物・きのこ	米・パン・めん いも・砂糖	油脂 種実		
20	月	ご飯					【米】			747
		牛乳		【牛乳】					乳	
		☆みそカツ・2個	ぶた肉・大豆粉・赤みそ				でん粉・パン粉 砂糖	油	豚肉 小麦 大豆	
		けんちん汁	とり肉・【豆腐】		にんじん・葉ねぎ	こんにゃく・ごぼう・だいこん	さといも	ごま油・油	鶏肉 大豆	
21	火	ソフトめん					ソフトめん		小麦	801
		牛乳		【牛乳】					乳	
		山菜ソフトめん(汁)	とり肉・油揚げ・かまぼこ		みずな・にんじん	わらび・えのきだけ・やまうど なめこ・だけめこ・はくさい ねぎ・干ししいたけ		油	鶏肉 大豆	
		☆野菜かき揚げ			にんじん・しゅんぎく	たまねぎ・ごぼう	小麦粉	油	小麦 大豆	
		◎ほうれんそうのしらす和え		ちりめんじゃこ	ほうれんそう	もやし	砂糖			
22	水	ご飯					【米】			749
		牛乳		【牛乳】					乳	
		新たけのこの オイスターソースいため	牛肉		にんじん・ピーマン	たけのこ・エリンギ・にんにく	砂糖・でん粉	ごま油・油	牛肉	
		チンゲンサイと豆腐のスープ	ベーコン・【豆腐】		にんじん・チンゲンサイ	もやし・とうもろこし 干ししいたけ	でん粉	油	豚肉 大豆	
		*メロン				メロン				
23	木	ご飯					【米】			762
		牛乳		【牛乳】					乳	
		さわらの照り焼き	さわら				砂糖・でん粉	油		
		◎ひじきのささみandえ すまし汁	ささみフレーク かまぼこ・【豆腐】	ひじき		きゅうり・とうもろこし えのきだけ・干ししいたけ	砂糖	ドレッシング	鶏肉 大豆 ゼラチン ごま 大豆	
24	金	ご飯					【米】			752
		牛乳		【牛乳】					乳	
		138丼の具 138みそ汁 ココアパウダー	とり肉・【卵】 かまぼこ・高野豆腐 ぶた肉・【豆腐】 ミックスみそ		にんじん・【みつば】	たまねぎ・【切干しだいこん】 干ししいたけ 【だいこん】・【なす】 えのきだけ・ねぎ	砂糖・でん粉 じゃがいも 砂糖	油 油	鶏肉 卵 大豆 豚肉 大豆 大豆	
27	月	ご飯					【米】			821
		牛乳		【牛乳】					乳	
		☆ポテトコロッケ	ぶた肉・牛肉		にんじん・パセリ	たまねぎ	じゃがいも・パン粉 砂糖・小麦粉	油	豚肉 牛肉 小麦 大豆	
		◎ブロッコリーのドレッシング和え キャベツとベーコンのスープ			ブロッコリー	たまねぎ・キャベツ とうもろこし		ドレッシング 油	鶏肉 豚肉 りんご 豚肉 大豆 牛肉	
28	火	ご飯					【米】			773
		牛乳		【牛乳】					乳	
		☆白身魚の黒酢がけ 豆乳みそ汁	ほき ぶた肉・【豆腐】・白みそ 豆乳		にんじん・葉ねぎ	はくさい・だいこん	小麦粉・砂糖 でん粉	油 油	小麦 大豆 豚肉 大豆	
29	水	ご飯					【米】			770
		牛乳		【牛乳】					乳	
		てりどり 沢煮わん	とり肉 ぶた肉		にんじん・葉ねぎ	しょうが こんにゃく・だいこん・ごぼう	砂糖・でん粉	油 油	鶏肉 豚肉	
30	木	麦ご飯					【米】・大麦			776
		牛乳		【牛乳】					乳	
		ポークカレー	ぶた肉		にんじん・【トマト】	たまねぎ	じゃがいも カレーパウダー	油	豚肉 小麦 大豆 りんご バナナ	
		オムレツ	卵				砂糖	油	卵	
		◎海そうサラダ	まぐろフレーク	寒天・わかめ		キャベツ		ドレッシング	大豆 鶏肉 豚肉 りんご	
31	金	クロワッサン					クロワッサン		小麦 乳 大豆	756
		牛乳		【牛乳】					乳	
		ミートボールのトマト煮 ＜ミートボール＞	ベーコン・【大豆】 牛肉・ぶた肉・とり肉		にんじん・トマト	たまねぎ・しめじ・エリンギ にんにく たまねぎ	じゃがいも・砂糖 パン粉・でん粉	オリーブ油 油	牛肉 豚肉 鶏肉 小麦 大豆 りんご	
		みかんゼリー和え ＜みかんゼリー＞				ナタデココ・バインアップル もち 【みかん】			もち	

○ * 印のかしわもちの空袋、豆乳プリンの空容器・スプーン、メロンの皮・空袋は業者が回収します。

○ サラダは、生野菜ではなく、すべてゆでて使用します。

○ 【 】の食品は愛知県産のものを使用しています。(天候などにより、産地が変わることがあります。)

○ 献立名に()で記載されている調味料は、小袋タイプです。

○ ◎印はセンターでドレッシングなどで和えてあります。

○ ☆印はセンターで揚げて調理してあります。

○ ◆印は千秋小学校の児童が考えた応募献立です。

○ 24日は「一宮を食べる学校給食の日」です。

○ 1日、2日、7日、10日、13日、15日、16日、22日、23日、29日のおかずには、調味料にえび・かに・くるみ・小麦・卵・乳を

含むことがあります。食材にはこれらのアレルギーとそば・落花生を含んでいません。

一宮市では、学校給食課の
ウェブページに「好評献立」を
掲載しています。
ご家庭でも給食の味を再現し
てみてください。

