



令和4年5月分 学校給食献立予定表



食事のきまりを知ろう

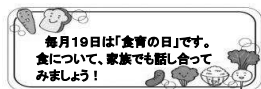
日 曜	献立名	赤：主に体の組織を作る食品		緑：主に体の機能を調節する食品		黄：主に体の熱源となる食品		献立に含まれるアレルギー表示 (特定原材料及びそれに準ずる28品目)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
		1群(たんぱく質) 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群(カルシウム) 牛乳・乳製品 小魚・海そう	3群(カロテン) 緑黄色野菜	4群(ビタミン) その他の野菜 果物・きのこ	5群(炭水化物) 米・パン・めん いも・砂糖	6群(脂質) 油脂 種実			
2月	ご飯					【米】			703	33.0
	牛乳		【牛乳】					乳		
	豆乳みそ汁	豚肉・【豆腐】・白みそ 豆乳		にんじん・葉ねぎ	はくさい・だいこん		油	豚肉 大豆 小麦		
	さわらの照り焼き	さわら				砂糖・でんぷん	油	大豆 小麦		
	味噌汁		【のり】			砂糖		小麦 大豆		
6金	ご飯					【米】			727	28.5
	牛乳		【牛乳】					乳		
	若竹汁	かまぼこ・【豆腐】	わかめ	にんじん	たけのこ・えのきだけ・ねぎ			大豆 小麦		
	★じゃがいもとかつおの甘がらめ	かつお		さやいんげん	しょうが	じゃがいも・でんぷん 砂糖	油・ごま	ごま 大豆 小麦		
	*オレンジ				オレンジ			オレンジ		
9月	ご飯					【米】			743	24.5
	牛乳		【牛乳】					乳		
	オニオンスープ	ベーコン		にんじん・パセリ	【たまねぎ】・エリンギ		油	豚肉 牛肉 小麦 大豆		
	ハンバーグのトマトソースがけ	鶏肉・豚肉		【トマト】	たまねぎ	でんぷん・砂糖 じゃがいも	ラード・油	鶏肉 豚肉 大豆 りんご		
10火	ご飯					【米】			757	26.3
	牛乳		【牛乳】					乳		
	新じゃがのそぼろ煮	鶏肉		にんじん・さやいんげん	こんにゃく・【たまねぎ】	じゃがいも・砂糖	油	鶏肉 大豆 小麦		
	いかねぎ焼きの和風あんかけ	魚肉すり身・いか			ねぎ・とうもろこし しょうが	でんぷん・やまいも 砂糖	ラード・油	いか やまいも 大豆 小麦		
11水	クロワッサン					クロワッサン		小麦 乳 大豆	772	23.2
	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		にんじん・トマト	【たまねぎ】・しめじだけ エリンギ・ピーツ・にんにく	じゃがいも・砂糖	オリーブ油	牛肉 豚肉 鶏肉 小麦 大豆 りんご		
	フルーツクリームヨーグルト		ヨーグルト 生クリーム		みかん・パイナップル・もも ナタデココ	砂糖		もも 乳		
	小魚		かたくりいわし			砂糖				
12木	麦ご飯					【米】・大麦			879	30.9
	牛乳		【牛乳】					乳		
	カレーシチュー	【豚肉】・【大豆】		にんじん・【トマト】	【たまねぎ】・グリーンピース	じゃがいも	カレー粉 油	豚肉 大豆 小麦 りんご パナナ		
	☆ヒレカツ・2個	豚肉・大豆粉				でんぷん・パン粉	油	豚肉 小麦 大豆		
13金	◎いろいろサラダ	ハム		にんじん・きゅうり とうもろこし			ドレッシング	豚肉	731	32.8
	ご飯					【米】				
	牛乳		【牛乳】					乳		
	八宝菜	豚肉・いか・えび 【うずら卵】		にんじん・チンゲンサイ	【たまねぎ】・はくさい だけのご・干ししいたけ	でんぷん・砂糖	油	豚肉 いか えび 卵 鶏肉 大豆 小麦		
16月	ポークシューマイ・2個	鶏肉・豚肉・みそ・大豆粉			たまねぎ・しょうが	パン粉・砂糖 小麦粉	ラード	鶏肉 豚肉 小麦 大豆	720	26.7
	ご飯					【米】				
	牛乳		【牛乳】					乳		
	もち入ります汁	かまぼこ		にんじん・葉ねぎ	はくさい・えのきだけ 干ししいたけ	もち		大豆 小麦 さば		
17火	絹厚揚げの甘みそがけ	大豆・赤みそ				でんぷん・砂糖	油	大豆 小麦	869	31.1
	サンドイッチロールパン					サンドイッチロールパン		小麦 乳 大豆		
	牛乳		【牛乳】					乳		
	春野菜のクリームスープ	ベーコン・豆乳		にんじん・ブロッコリー グリーンアスパラガス	【たまねぎ】	じゃがいも	ホワイトル 油	豚肉 大豆		
	焼きフランクフルト	豚肉				砂糖	油	豚肉		
	ポイルキャベツ (トマトケチャップ)				キャベツ					

- * _____ 印のオレンジの皮・空袋、ヨーグルトの空容器・スプーンは業者が回収します。
- ◆は応募献立です。
- サラダは、生野菜ではなく、すべてゆでで使用します。
- 【 】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。
- 2日、9日、10日、16日、20日、24日、27日のおかずには、調味料に乳・卵・小麦・えび・かに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のレシピを掲載しています。
ご家庭でも給食の味を再現してみてください。





令和4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：主に体の組織を作る食品		緑：主に体の機能を調節する食品		黄：主に体の熱源となる食品		献立に含まれるアレルギー表示 (特定原材料及びそれに準ずる28品目)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
		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)			
18 水	ご飯	魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 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			
	牛乳		【牛乳】					乳		
	いちみんのみそ汁	豚肉・【豆腐】 ミックスみそ			【はくさい】・【なす】 えのきだけ・ねぎ		油	豚肉 大豆	723	31.1
	138丼の具	鶏肉・【卵】・かまぼこ 高野豆腐		にんじん・【みつば】	【たまねぎ】・干しいだけ 【切干しいたけ】	砂糖・でんぷん	油	鶏肉 卵 大豆 小麦		
	*ヨーグルト		ヨーグルト					乳		
19 木	中華めん					【中華めん】		小麦		
	牛乳		【牛乳】					乳		
	和風豚骨ラーメン(汁)	豚肉・焼き豚・なると		にんじん・葉ねぎ	キャベツ・メンマ		油	豚肉 小麦 大豆 鶏肉 さば	785	32.9
	☆あいちの揚げギョーザ・2個	【豚肉】		【にんじん】	たまねぎ・【れんこん】	でんぷん・砂糖 小麦粉	油	豚肉 大豆 小麦		
	◎きゅうりとひじきの中華和え	ささみフレーク	ひじき		きゅうり		ドレッシング	鶏肉 大豆 ゼラチン 小麦 豚肉		
20 金	わかめご飯		わかめ			【米】				
	牛乳		【牛乳】					乳		
	吉野汁	鶏肉・厚揚げ		にんじん・葉ねぎ	だいこん	さといも・でんぷん	油	鶏肉 大豆 小麦	795	35.4
	さばの塩焼き	さば					油	さば		
	◎こがね和え			【ほうれんそう】	とうもろこし	砂糖		大豆 小麦		
23 月	ご飯					【米】				
	牛乳		【牛乳】					乳		
	はくさいとベーコンのスープ	ベーコン		にんじん・パセリ	【たまねぎ】・はくさい とうもろこし		油	豚肉 牛肉 小麦 大豆	799	22.8
	☆ポテトコロッケ	豚肉・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			ブロッコリー			ドレッシング	小麦 大豆 りんご 鶏肉 豚肉		
24 火	ご飯					【米】				
	牛乳		【牛乳】					乳		
	スタミナ汁	豚肉・油揚げ・【豆腐】 ミックスみそ		にんじん・にら	【たまねぎ】・だいこん にんにく		ごま・油	豚肉 大豆 ごま	756	25.7
	キャベツ入りつくね	鶏肉・かつお節			【キャベツ】・しょうが	でんぷん・砂糖	ラード・油	鶏肉 豚肉		
	ポテトサラダ (マヨネーズ風調味料)			にんじん	きゅうり・とうもろこし	じゃがいも	マヨネーズ風調味料	大豆		
25 水	ご飯					【米】				
	牛乳		【牛乳】					乳		
	かきたま汁	【卵】・かまぼこ		にんじん・葉ねぎ	えのきだけ・干しいだけ	でんぷん		卵 小麦 大豆	823	32.0
	☆鶏肉のせん菜揚げ	鶏肉		せん菜	しょうが・にんにく	でんぷん・米粉	油	鶏肉 大豆 小麦		
26 木	白玉うどん					【白玉うどん】		小麦		
	牛乳		【牛乳】					乳		
	きざみきつねうどん(汁)	鶏肉・油揚げ・かまぼこ		にんじん・葉ねぎ	わらび・ふき・たけのこ えのきだけ・はくさい 干しいだけ	砂糖	油	鶏肉 大豆 小麦	763	31.7
	☆白身魚の黒酢だれ	ほき		赤パプリカ・にんじん	ズッキーニ・黄パプリカ たまねぎ	小麦粉・砂糖 でんぷん	油	小麦 大豆		
27 金	麦ご飯					【米】・大麦				
	牛乳		【牛乳】					乳		
	中華コーンスープ	ベーコン		にんじん	はくさい・ねぎ・とうもろこし 干しいだけ	でんぷん	油	豚肉 鶏肉 大豆 小麦	738	25.7
	ピビンパの具	【豚肉】		にんじん	しょうが・にんにく	砂糖・でんぷん	ごま油	豚肉 ごま 大豆 小麦		
	◎ピビンパの野菜			【ほうれんそう】	もやし		ドレッシング	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ゼラチン		
30 月	ご飯					【米】				
	牛乳		【牛乳】					乳		
	トウモロコシと春雨のスープ	豚肉		にんじん・トウモロコシ	えのきだけ・干しいだけ とうもろこし	春雨	油	豚肉 鶏肉 大豆 小麦	801	30.9
	◆★ほんのりみそ味ヤンニョムチキン	鶏肉・赤みそ			しょうが・にんにく	でんぷん・米粉 砂糖	油・ごま	鶏肉 大豆 小麦 ごま		
31 火	ご飯					【米】				
	牛乳		【牛乳】					乳		
	だいこんの甘辛煮	豚肉・はんぺん		にんじん・さやいんげん	だいこん・干しいだけ しょうが	砂糖	油	豚肉 大豆 小麦	809	30.0
	☆あじフリッター・3個	あじ	おきあみ あおさ			小麦粉・でんぷん 砂糖・米粉	油	大豆 小麦		
	のりふりかけ	かつおぶし	のり	抹茶		砂糖・でんぷん				

- * 印のオレンジの皮・空袋、ヨーグルトの空容器・スプーンは業者が回収します。
- ◆は応募献立です。
- 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。
- 2日、9日、10日、16日、20日、24日、27日のおかずには、調味料に乳・卵・小麦・えび・かにを含むことがありますが、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。

30日(月)の
「ほんのりみそ味ヤ
ンニョムチキン」は、
浅井北小学校の児童
が考えた献立です。



18日(水)は「一宮を食べる学校給食の日」
～一宮市で生産された食材が
たくさん使われています～
★いちみんのみそ汁★ はくさい、なす
★138丼の具★ 卵、切干だいこん
感謝の気持ちを忘れずに
味わって食べましょう!