

令和6年 5月分 小学校給食献立予定表



一宮市教育委員会学校給食課
一宮市立〇〇小学校

日	曜	こんなでためい 献立名	あか 赤：おもにからだをつくるものとなる		きどり 緑：おもにからだのちょうしをととのえる	き黄 黄：おもにエネルギーのもとになる	アレルギー義務表示		中学生年量を掲載
			さかな・にく・たまご・だいす ぎゅうにゅう・かいそう	やさい・くだもの・きのこ			卵・乳・小麦・えび かに・そば・落花生 くるみ	エネルギー(kcal)	
1 水	しらたまうどん					しらたまうどん	小麦		
	さんさいうどん(しる)	かまぼこ・あぶらあげ	しめじ・にんじん・はくさい・わらび だけのこ・えのきだけ・なめこ					634	26.9
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					乳		
	こめこのとりてん	とりにく	しょうが		こめこ・でんぶん・あぶら				
	ツナあえ	ツナ	キャベツ・こまつな・どうもろこし		さとう				
2 木	ごはん				こめ			719	28.5
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					乳		
	しんじゃがとかつおのあまからがらめ	かつお	たけのこ		じゃがいも・でんぶん・さとう あぶら				
	しんたまねぎのみぞしる	ふたにく・とうふ・みそ	たまねぎ・にんじん・ほうれんそう						
	かしわもち				あずき・こめこ・さとう				
7 火	ごはん				こめ				
	ビビンバ(にく)	ふたにく・みそ	しょうが・にんにく・たまねぎ		さとう・あぶら			601	26.2
	ビビンバ(やさい)		もやし・ほうれんそう		さとう・こまあぶら				
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					乳		
	キムチスープ	とりにく	にんじん・チンゲンサイ・しめじ・キムチ		トック				
8 水	ココアあげパン				こがたロールパン・さとう あぶら		小麦・乳		
	ブチパン(5・6ねん)						小麦		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					乳	604	20.4
	とうにゅうシチュー	ペーコン・とうにゅう	にんじん・たまねぎ・どうもろこし バセリ		じゃがいも・あぶら こめこホワイトルウ				
	プロッコリーソテー	とりにく	プロッコリー・キャベツ		オリーブあぶら				
9 木	ごはん				こめ				
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					乳		
	おろしハンバーグ	とりにく・ぶたにく	だいこん・たまねぎ		あぶら・さとう・でんぶん・ラード			615	26.5
	ほねふとあえ	ちりめんじゅこ	ほうれんそう・にんじん		さとう				
	かきたまじる	たまご・とにく・こうやどうふ	たまねぎ・はくさい・えのきだけ・みつば		でんぶん		卵		
10 金	ごはん				こめ				
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					乳		
	さわらのしおこうじやき	さわら			あぶら・こめこ・オリーブあぶら			620	29.0
	きんひらごぼう	はんぺん	ごぼう・にんじん		さとう・あぶら				
	ちゃんこじる	とりにく・やきどうふ	キャベツ・えのきだけ・こまつな しょうが・しらたき						
13 月	ソフトめん				ソフトめん		小麦		
	ミートソース	ぶたにく・ぶたレバー	にんにく・たまねぎ・にんじん グリンピース・トマト・マッシュルーム		ハヤシルウ・さとう・あぶら		小麦	610	23.9
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					乳		
	アスパラサラダ		アスパラガス・きゅうり・キャベツ どうもろこし		ドレッシング				
14 火	ごはん				こめ				
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					乳	684	25.7
	ところへいたまねぎみそソースのさばステーキ	さば・みそ	たまねぎ		あぶら・オリーブあぶら・さとう でんぶん				
	ひじきのいために	とりにく・ひじき	にんじん・さやいんげん		さとう・あぶら				
	だしをあじわうわかたけじる	とうふ・わかめ	はくさい・たけのこ・えのきだけ						
15 水	ごはん				こめ				
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					乳		
	にくだんごのくろすがらめ	にくだんご	かぼちゃ・たまねぎ・あかビーマン ビーマン		さとう・でんぶん・あぶら			599	20.2
	えびワンタンスープ	えび	チャベツ・もやし・チンゲンサイ にんじん・ほししいだけ		ワンタンのかわ		えび・小麦		
	オレンジ		オレンジ						
16 木	ごはん				こめ				
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					乳		
	いわしのうめに	いわし	しそ・うめぼし		でんぶん・さとう				
	しらあえ	だいす・とうふ	こまつな・えのきだけ		ごま・さとう			647	26.1
	にくじゅが	ぶたにく・ちくわ	にんじん・たまねぎ・さやいんげん こんにゃく		さとう・あぶら・じゃがいも				
17 金	ごはん				こめ				
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					乳	608	24.2
	いかフライ	いか			こむぎこ・パンこ・あぶら		小麦		
	うきうききりぼしたまごいため	たまご・ぶたにく	きりぼし大こん・ほうれんそう		さとう・あぶら		卵		
	いちのみやのみぞしる	あぶらあげ・みそ・とうふ・わかめ	だいこん・なす・にんじん・ねぎ						

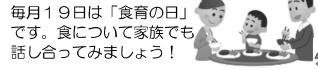
おうほこんだて 応募献立 14日(火) か か

「とろ~い たまねぎみそソースのさばステーキ」は、木曾川中学校の
児童が考えた応募候補立てです。愛知県で有名なたまねぎを使ったトロト
ロのソースがさばにかかっています。魚が苦手な人でもおいしく食べ
られるように、甘めのソースをかけた料理を考えてください。

いちのみや た がっこう きゅうしょく ひ にち きん
一宮を食べる学校給食の日 17日(金)

いちのみや さくら つか まき ほ しらこ
いちのみや さくら つか まき ほ しらこ
1宮でとれた食材を多く使っています。うきうき切り干し朝ごいため
には「切り干し大いこん」、市内の浮野地区でとれた「卵」、1宮の
みそ汁には「だいこん」「なす」が入っています。1宮でとれた食材
や献立名を太字で表記しています。

令和6年 5月分 小学校給食献立予定表



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！

一宮市教育委員会学校給食課
一宮市立〇〇小学校

日	曜	献立名	赤：おもにからだをつくるものとなる さかな・にく・たまご・だいす きゅうにゅう・かいそう	緑：おもにからだのちょうしきととのえる やさい・くだもの・きのこ	黄：おもにエネルギーのもととなる ごはん・パン・めん・いも さとう・あぶら	アレルギー義務表示 卵・乳・小麦・えび かに・そば・落花生 くるみ	中学生年量を掲載 エネルギー(kcal) たんぱく質(g)
20	月	むぎごはん ぎゅうにゅう やきにくやさいいため フライドポテト チンゲンサイのスープ			こめ・おおむぎ さとう・あぶら・ごまあぶら じゃがいも・あぶら	卵	627 20.4
			きゅうにゅう	にんにく・しょうが・キャベツ・たまねぎ にら・あかビーマン			
			ぎゅうにく				
			ペーコン	にんじん・チンゲンサイ・もやし	はるさめ	小麦	
21	火	ごはん ぎゅうにゅう なまあげのにくみそかけ 1~3ねん:1こ 4~6ねん:2こ おかかえ さわにわん	なまあげ・とりにく・だいす みそ		こめ さとう・でんぶん	卵	608 23.7
			ぎゅうにゅう				
			なまあげ・とりにく・だいす みそ				
			かつおけまりぶし	ほうれんそう・キャベツ	さとう		
			ぶたにく	にんじん・たいこん・ごぼう たけのこ・ねぎ・ほししいたけ			
22	水	りんごパン ぎゅうにゅう さけのレモンマヨソース はなやさいサラダ コンソメスープ			りんごパン でんぶん・あぶら・さとう ノンエッグマヨネーズ	小麦・乳 卵	657 27.7
			ぎゅうにゅう	さけ	レモン ブロッコリー・カリフラワー とうもろこし		
			さけ		ドレッシング		
			ペーコン	にんじん・たまねぎ・エリンギ・キャベツ バセリ	じゃがいも		
23	木	ごはん ぎゅうにゅう つくね・2こ あかじそあえ こうやどうふのたまごとじ			こめ でんぶん・さとう	卵	623 25.9
			ぎゅうにゅう	とりにく・とりレバー	たまねぎ		
			こうやどうふのたまごとじ		だいこん・きゅうり・あかじそ		
			こうやどうふ・とりにく・かまぼこ たまご	こうやどうふ・とりにく・かまぼこ たまご	たまねぎ・ごぼう・にんじん さやいんげん・ほししいたけ	さとう・あぶら・でんぶん	
24	金	ごはん ぎゅうにゅう あじのこうみだれ こまあえ わかめのみぞしる			こめ でんぶん・あぶら・さとう	卵	628 27.9
			ぎゅうにゅう	あじ	しょうが・にんにく・ねぎ		
			あじのこうみだれ		もやし・さやいんげん	さとう・こま	
			こまあえ		たまねぎ・にんじん・しめじ	じゃがいも	
			わかめのみぞしる	なまあげ・わかめ・みそ			
27	月	ごはん ぎゅうにゅう とりにくとレバーののうこうだれ いそかあえ けんちんじる			こめ でんぶん・あぶら・じゃがいも さとう	卵	610 22.4
			ぎゅうにゅう	とりにく・とりレバー・みそ			
			とりにくとレバーののうこうだれ				
			いそかあえ	のり	ほうれんそう・もやし	さとう	
28	火	むぎごはん ぎゅうにゅう マーボードウフ パンサンスー			だいこん・にんじん・こんにゃく・ねぎ ほししいたけ	さといも	604 23.4
			ぎゅうにゅう	ぶたにく・とうふ・みそ	たまねぎ・にんじん・にら・ねぎ しょうが・にんにく・だけのこ	でんぶん・あぶら・さとう	
			マーボードウフ	ハム	きゅうり・とうもろこし	はるさめ・さとう・ごまあぶら	
			パンサンスー				
29	水	ごはん ピーフカレー ぎゅうにゅう まめまめサラダ いちごヨーグルト			こめ じゃがいも・カレールウ・あぶら	小麦	702 23.2
			ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	たまねぎ・にんじん・トマト しょうが・にんにく	小麦	
			まめまめサラダ	だいす・ツナ	えだまめ・ブロッコリー	乳	
			いちごヨーグルト	ヨーグルト	いちご	乳	
30	木	ちゅうかめん しょうゆラーメン(しる) ぎゅうにゅう はるまき きりぼしだいこんのナムル			ちゅうかめん たまねぎ・もやし・にら・にんにく	小麦	603 22.7
			ちゅうかめん	ぶたにく・なると		小麦	
			ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		乳	
			はるまき	ぶたにく	キャベツ・もやし・にんじん・にら エリンギ	でんぶん・さとう・ごまあぶら あぶら・こむぎこ	
			きりぼしだいこんのナムル		きりぼしだいこん・チンゲンサイ にんじん	小麦	
31	金	ごはん ぎゅうにゅう あつやきたまご こもぐにまめ キャベツぶたじる あじつけのり			さとう・ごまあぶら	卵	605 26.3
			ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		卵	
			あつやきたまご	たまご		卵	
			こもぐにまめ	ちくわ・だいす・とりにく	さやいんげん・ごぼう	卵	
			キャベツぶたじる	ぶたにく・みそ	にんじん・キャベツ・たまねぎ えのきだけ	じゃがいも	
			あじつけのり	のり			

◆お知らせ◆

- ①一宮市の給食では「そば・落花生」は、使用していません。
- ②2日、7日、10日、14日、16日、21日、24日、27日、28日のおかずの原材料には「卵・乳・小麦・えび・かに・くるみ」を含んでいません。ただし、調味料等に含まれる場合があります。
- ③献立予定表には主な材料のみ記載しています。食物アレルギー情報の詳細については、栄養教諭・栄養士にお問い合わせください。
- ④都合により献立が変更になる場合があります。

★給食レシピ紹介★

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。
給食の味を家庭でも再現できるように、分量や作り方が分かるようになっています。



たぬき
はしづかの
ひ