



令和元年 5月分 中学校給食献立予定表



一宮市教育委員会学校給食課
一宮市立〇〇〇〇中学校

日 曜	献立名	主に体の組織を作る食品		主に体の機能を調節する食品		主に体の熱源となる食品		アレルギー義務表示 卵 乳 小麦 かに そば 花生
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	
		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	米・パン・めん いも・砂糖	油脂 種実	
7 火	クロスロールパン					クロスロールパン		小麦・乳
	牛乳		牛乳					乳
	コーンポタージュ		牛乳	にんじん・パセリ	たまねぎ・とうもろこし	米粉ホワイトルウ		小麦・乳
	スパイシーフライドチキン・2個	鶏肉			にんにく	米粉・でん粉	油	
	彩りサラダ	ツナ		赤パプリカ	きゅうり・キャベツ		ドレッシング	
8 水	ご飯					米		
	牛乳		牛乳					乳
	若竹汁	とうふ・かまぼこ	わかめ	にんじん	たけのこ・えのきたけ			
	おろしハンバーグ	鶏肉・豚肉			たまねぎ・だいこん	じゃがいも・砂糖	ラード・油	
	おかか和え	かつお削り節		ほうれんそう	はくさい			
9 木	ご飯					米		
	牛乳		牛乳					乳
	新たまねぎのみそ汁	みそ	わかめ	にんじん	たまねぎ・えのきたけ	じゃがいも		
	シシャモフライごまソース・3尾	子持ちししゃも				パン粉・小麦粉・砂糖・ でん粉	油・ごま	小麦
	ゆかり和え			赤しそ粉	だいこん・きゅうり			
10 金	チキンライス(ご飯)	鶏肉		トマト	たまねぎ・グリーンピース・ とうもろこし	米	油	
	牛乳		牛乳					乳
	春キャベツのスープ	ベーコン		ブロッコリー	キャベツ	じゃがいも		
	フルーツカクテル				パイン・もも・ナタデココ	カクテルゼリー・砂糖		
13 月	ご飯					米		
	牛乳		牛乳					乳
	八杯汁	とうふ		にんじん	はくさい・えのきたけ・ねぎ・ しょうが・干しいたけ	でん粉		
	さばの銀紙焼き	さば・みそ				砂糖・米粉		
	こがね和え			こまつな	キャベツ・とうもろこし	砂糖		
14 火	麦ご飯					米・大麦		
	カレーライス	豚肉		にんじん	たまねぎ・にんにく・しょうが	じゃがいも・カレールウ	油	小麦
	牛乳		牛乳					乳
	豆まめポパイサラダ	ハム・だいず		ほうれんそう	きゅうり・えだまめ	ひよこ豆	ドレッシング	
	福神漬				福神漬			
15 水	ご飯					米		
	牛乳		牛乳					乳
	春雨スープ	ベーコン		チンゲンサイ	たまねぎ	はるさめ		
	ホイコーロー	豚肉・みそ		ピーマン・にんじん	キャベツ・たけのこ・しめじ・ しょうが・にんにく・ねぎ	砂糖・でん粉	油	
	カットパイン				パイン			
16 木	白玉うどん					白玉うどん		小麦
	山菜うどん(汁)	鶏肉・油揚げ		にんじん	わらび・たけのこ・しめじ・なめ こ・干しいたけ・えのきたけ・ はくさい・ねぎ			
	牛乳		牛乳					乳
	ちくわの新茶揚げ・3本	ちくわ		お茶の葉		小麦粉	油	小麦
	ツナと野菜の和え物	ツナ			キャベツ・きゅうり・もやし	砂糖		
17 金	ご飯					米		
	牛乳		牛乳					乳
	★138かきたま汁	鶏肉・卵・ かまぼこ・とうふ			干しいたけ・はくさい・ねぎ	でん粉		卵
	★一宮のほうれんそうコロッケ			ほうれんそう・ にんじん	れんこん・たまねぎ	じゃがいも・でん粉・ 砂糖・パン粉・小麦粉	油	小麦
★切り干しだいごんの煮物	ベーコン		にんじん・ さやいんげん	切り干しだいごん	砂糖			

★17日は「一宮を食べる学校給食の日」です。

学期に一回、一宮市の地場産物に親しむために「一宮を食べる学校給食の日」

を実施します。一宮市産の食材をおいしく味わいましょう。

「138かきたま汁」⇒「浮野の卵・はくさい・ねぎ」

「一宮のほうれんそうコロッケ」⇒「ほうれんそう」

「切り干しだいごんの煮物」⇒「切り干しだいごん」

17日の★印の献立は一宮市産の食材(太字)が使われています。



★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。



QRコードを読み取り

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！



令和元年 5月分 中学校給食献立予定表



一宮市教育委員会学校給食課
一宮市立〇〇〇〇中学校

日 曜	献立名	主に体の組織を作る食品		主に体の機能を調節する食品		主に体の熱源となる食品		アレルギー義務表示										
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	卵	乳	小麦	えび	かに	そば	落花生				
		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	米・パン・めん いも・砂糖	油脂 種実											
20月	ご飯					米												
	とうふ入りそばの具	とうふ・鶏肉・ちくわ		にんじん・ピーマン	たまねぎ・とうもろこし	砂糖・でん粉	油											
	牛乳		牛乳														乳	
	沢煮わん	豚肉			だいこん・ごぼう・たけのこ・干しいたけ・ねぎ													
	えびカツ	えび・たら・大豆			たまねぎ		でん粉・砂糖・パン粉・小麦粉	油										えび・小麦
21火	ご飯					米												
	牛乳		牛乳															乳
	新じゃがいもの煮物	豚肉		にんじん・さやいんげん	たまねぎ	こんにやく・砂糖 じゃがいも												
	つくね・3個	鶏肉・鶏レバー			たまねぎ	米粉パン粉・砂糖・でん粉	油											
	花野菜のごま和え			ブロッコリー	カリフラワー	砂糖	ごま											
22水	ご飯					米												
	牛乳		牛乳															乳
	豚汁	豚肉・油揚げ・みそ		にんじん	ごぼう・だいこん・ねぎ	こんにやく・さといも												
	愛知の五目厚焼き卵	卵		にんじん・青じそ・こまつな	れんこん・しいたけ	砂糖・でん粉	油											卵
	シーちゃんタケちゃん	ツナ		さやいんげん	たけのこ	砂糖												
23木	ご飯					米												
	牛乳		牛乳															乳
	ちゃんこ汁	豚肉・とうふ		こまつな	だいこん・しめじ・ねぎ	しらたき												
	かつおフライ	かつお			しょうが	パン粉・小麦粉・砂糖・でん粉	油											小麦
	ささみとひじきの和え物	鶏肉	ひじき	にんじん	きゅうり		ドレッシング											
24金	小型ロールパン					小型ロールパン												小麦・乳
	牛乳		牛乳															乳
	焼きそば	豚肉・いか		にんじん・ピーマン	キャベツ・しょうが	中華めん	油											小麦
	新ごぼうのサラダ	ハム			ごぼう・きゅうり・とうもろこし		ノンエッグマヨネーズ											
	ヨーグルト		ヨーグルト															乳
27月	ご飯					米												
	牛乳		牛乳															乳
	すまし汁	鶏肉・かまぼこ		にんじん・みつば	はくさい・えのきたけ													
	生揚げの肉みそかけ・2個	生揚げ・豚肉・みそ				砂糖・でん粉												
	鉄骨和え		ちりめんじゃこ	こまつな	もやし	砂糖												
28火	麦ご飯					米・大麦												
	ピピンバの具(肉)	豚肉			にんにく・たけのこ	砂糖	油											
	(卵)	卵				砂糖・でん粉	油											卵
	(野菜)			ほうれんそう・にんじん	もやし	砂糖	ごま油											
	牛乳		牛乳															乳
29水	肉団子のスープ	鶏団子		チンゲンサイ	はくさい・えのきたけ													
	ご飯					米												
	牛乳		牛乳															乳
	けんちん汁	生揚げ		にんじん	だいこん・ねぎ	こんにやく・さといも												
	ホキと野菜の黒酢がらめ	ホキ		赤パプリカ	たまねぎ・黄パプリカ	じゃがいも・砂糖・でん粉・米粉	油											
30木	ソフトめん					ソフトめん												小麦
	ミートソース	豚肉		にんじん・トマト	にんにく・たまねぎ	ハヤシルウ・砂糖												小麦
	牛乳		牛乳															乳
	ポロニアカツ	鶏肉				じゃがいも・米粉パン粉 でん粉・砂糖	油											
	アスパラサラダ	ツナ		アスパラガス	キャベツ・とうもろこし		ドレッシング											
31金	ご飯					米												
	牛乳		牛乳															乳
	とうふの中華煮	豚肉・とうふ		にんじん・チンゲンサイ	たまねぎ・たけのこ・干しいたけ	砂糖・でん粉	油											
	春巻き	豚肉		にんじん・にら	キャベツ・もやし・エリンギ	でん粉・砂糖・小麦粉・水あめ	ごま油・油											小麦
	わかめのナムル	鶏肉	わかめ		きゅうり・もやし	砂糖	ごま油											

＊お知らせ＊

- ① 一宮市の給食では「そば・落花生」を使用していません。
- ② 8日・10日・13日・15日・21日・27日・29日のおかずの原料には、「乳・卵・小麦・えび・かに」を含んでいません。ただし、調味料に含まれる場合があります。
- ③ アレルギー表示について・・・しょうゆ等の調味料に、微量に含まれるアレルギーについては明記していません。詳しくは、栄養教諭にお問い合わせください。



☆献立紹介☆



20日(月)「とうふ入りそばの具」は、木曾川西小学校の児童が考えた応募献立です。

工夫した点は、野菜いっぱいのそばの具にとうふをいれて作るということです。温かなくても、冷やしてもおいしく食べられます。