



令和4年5月分 学校給食献立予定表



しょくじのきまりをしよう

日 曜	こんだてめい	あか：おもにからだをつくるものになる		みどり：おもにからだのちようしをととのえる		き：おもにエネルギーのもとになる		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)	中学年量を掲載		
		1ぐん	2ぐん	3ぐん	4ぐん	5ぐん	6ぐん		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	
		さかな・にく・たまご まめ・まめせいひん	ぎゆうにゆう にゆうせいひん こざかな・かいそう	いろのこいやさい	そのたのやさい・くだもの・きのこ	こめ・パン・めん いも・さとう	ゆし・しゆじつ				
2月	ごはん					【こめ】			乳 豚肉 大豆 ごま 鶏肉 豚肉	590	21.8
	ぎゆうにゆう		【ぎゆうにゆう】								
	スタミナじる	ふたにく・あぶらあげ 【とうふ】・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 あぶら				
	キャベツ入りつくね	とりにく・かつおぶし			【キャベツ】・しょうが	でんぷん・さとう	ラード あぶら				
6金	ごはん					【こめ】			乳 豚肉 牛肉 小麦 大豆 豚肉 牛肉 小麦 大豆 小麦 大豆 りんご 鶏肉 豚肉	673	20.0
	ぎゆうにゆう		【ぎゆうにゆう】								
	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		あぶら				
	☆ポテトコロッケ	ふたにく・ぎゆうにく		にんじん・パセリ	たまねぎ	じゃがいも・パンこ さとう・こむぎこ	あぶら				
	◎ブロッコリーのドレッシングあえ			ブロッコリー			ドレッシング				
9月	ごはん					【こめ】			乳 鶏肉 大豆 小麦 さば 大豆 小麦	637	30.1
	ぎゆうにゆう		【ぎゆうにゆう】								
	よしのじる	とりにく・あつあげ 		にんじん・はねぎ	だいこん	さといも・でんぷん	あぶら				
	さばのしおやき	さば					あぶら				
	◎こがねあえ			【ほうれんそう】	とうもろこし	さとう					
10火	むぎごはん					【こめ】・おおむぎ			乳 豚肉 大豆 小麦 りんご パナナ 豚肉 小麦 大豆 豚肉	679	24.2
	ぎゆうにゆう		【ぎゆうにゆう】								
	カレーシチュー	【ふたにく】・【だいす】		にんじん・【トマト】	【たまねぎ】・グリーンピース	じゃがいも	カレールー あぶら				
	☆ヒレカツ	ふたにく・だいすこ				でんぷん・パンこ	あぶら				
◎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					
11水	ちゅうかめん					【ちゅうかめん】			小麦 乳 豚肉 小麦 大豆 鶏肉 さば 豚肉 大豆 小麦 鶏肉 大豆 ゼラチン 小麦 豚肉	695	29.1
	ぎゆうにゆう		【ぎゆうにゆう】								
	わふうとんこつラーメン(しる)	ふたにく・やきふた・なると		にんじん・はねぎ	キャベツ・メンマ		あぶら				
	☆あいちのあげギョーザ・2こ	【ふたにく】		【にんじん】	たまねぎ・【れんこん】	でんぷん・さとう こむぎこ	あぶら				
◎きゅうりとひじきのちゅうかあえ	ささみフレーク	ひじき		きゅうり		ドレッシング					
12木	ごはん					【こめ】			乳 豚肉 大豆 小麦 大豆 小麦 小麦 大豆	593	28.8
	ぎゆうにゆう		【ぎゆうにゆう】								
	とうにゆうみそしる	ふたにく・【とうふ】 しるみそ・とうにゆう		にんじん・はねぎ	はくさい・だいこん		あぶら				
	さわらのてりやき	さわら				さとう・でんぷん	あぶら				
◎あじつけのり			【のり】		さとう						
13金	クロワッサン					クロワッサン			小麦 乳 大豆 乳 牛肉 豚肉 鶏肉 小麦 大豆 りんご もも 乳	661	19.0
	ぎゆうにゆう		【ぎゆうにゆう】								
	ミートボールのトマトに	ミートボール・ベーコン		にんじん・トマト	【たまねぎ】・しめじ エリンギ・ピーツ・にんにく	じゃがいも・さとう	オリーブあぶら				
	フルーツクリームヨーグルト		ヨーグルト なまクリーム		みかん・パイナップル もも ナタデココ	さとう					
16月	ごはん					【こめ】			乳 豚肉 牛肉 小麦 大豆 鶏肉 豚肉 大豆 りんご	607	20.5
	ぎゆうにゆう		【ぎゆうにゆう】								
	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		あぶら				
ハンバーグのトマトソースがけ	とりにく・ふたにく		【トマト】	たまねぎ	でんぷん・さとう じゃがいも	ラード あぶら					
17火	ごはん					【こめ】			乳 豚肉 大豆 鶏肉 卵 大豆 小麦 乳	621	27.3
	ぎゆうにゆう		【ぎゆうにゆう】								
	いちみんのみそしる	ふたにく・【とうふ】 ミックスみそ			【はくさい】・【なす】 えのきたけ・ねぎ		あぶら				
	138どんのぐ	とりにく・【たまご】 かまぼこ・こうやとうふ		にんじん・【みつば】	【たまねぎ】・ほししいたけ 【きりぼしだいこん】	さとう・でんぷん	あぶら				
*ヨーグルト		ヨーグルト									

◎ * しるしのオレンジのかわ・からぶくろ、ヨーグルトのからようき・スプーンはぎょうしゃがかいしゅうします。

◎ ◆はおうぼこんだてです。

◎ サラダは、なまやさいではなく、すべてゆでてしゆします。

◎ 【 】のしょくひんはあいちけんさんのものをしゆしています。(てんこうなどにより、さんちがかわることがあります。)

◎ こんだてめいに () できさいされているちようみりょうは、こぶくろタイプです。

◎ ◎しるしはセンターでドレッシングなどであててあります。

◎ ☆しるしはセンターであげてちようりしてあります。

◎ 2日、9日、12日、16日、24日、26日、31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。



17日(火)は
「いちのみやをたべるがっこうきゅうしょくのひ」
～いちのみやしでつくられたしょくざいが
たくさんつかわれています～

★いちみんのみそしる★
はくさい、なす

★138どんのぐ★
たまご、きりぼしだいこん

かんしゃのきもちをわすれずに
あじわってたべましょう!



令和4年5月分 学校給食献立予定表



しょくじのきまりをしよう

日 曜	こんだてめい	あか：おもにからだをつくるものになる		みどり：おもにからだのちようしをととのえる		き：おもにエネルギーのもとになる		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)	中学年量を掲載		
		1ぐん	2ぐん	3ぐん	4ぐん	5ぐん	6ぐん		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	
		さかな・にく・たまご まめ・まめせいひん	ぎゅうにゅう にゅうせいひん ごさかな・かいそう	いろのこいやさい	そなたのやさい・くだもの・きのこ	こめ・パン・めん いも・さとう	ゆし・しゅじつ				
18	水	わかめごはん ぎゅうにゅう だいこんのあまからに ☆あじフリッター・2こ	わかめ 【ぎゅうにゅう】 ふたにく・はんぺん あじ		にんじん・さやいんげん	だいこん・ほししいたけ しょうが	【こめ】 さとう こむぎこ・めんぷん さとう・こめこ		乳 豚肉 大豆 小麦 大豆 小麦	637	24.6
19	木	サンドイッチロールパン ぎゅうにゅう はるやさいのクリームスープ やきフランクフルト ポイルキャベツ (トマトケチャップ)		【ぎゅうにゅう】	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 さとう	ホワイトルウ あぶら あぶら	小麦 乳 大豆 乳 豚肉 大豆 豚肉	710	25.7
20	金	ごはん ぎゅうにゅう トウモロコシとほろわたのスープ ◆★ほんのみそあじヤンニョムチキン		【ぎゅうにゅう】	にんじん・トウモロコシ	えのきたけ・ほししいたけ とうもろこし	【こめ】 はるさめ でんぷん・こめこ さとう		乳 豚肉 鶏肉 大豆 小麦 鶏肉 大豆 小麦 ごま	685	26.7
23	月	ごはん ぎゅうにゅう わかたけじる ★じゃがいもかつおのあまがらめ *オレンジ	「まこわやさしい」 こんだて かまぼこ・【とうふ】 かつお	【ぎゅうにゅう】	にんじん さやいんげん	たけのこ・えのきたけ ねぎ しょうが	【こめ】 しょうが じゃがいも・でんぷん さとう		乳 大豆 小麦 ごま 大豆 小麦 オレンジ	603	24.7
24	火	むぎごはん ぎゅうにゅう ちゅうかコンスープ ピピンパのぐ ◎ピピンパのやさい		【ぎゅうにゅう】	にんじん	はくさい・ねぎ・とうもろこし ほししいたけ しょうが・にんにく	【こめ】・おおむぎ でんぷん さとう・でんぷん		乳 豚肉 鶏肉 大豆 小麦 豚肉 ごま 大豆 小麦 小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ゼラチン	590	21.8
25	水	しらたまうどん ぎゅうにゅう きざみきつねうどん(しる) ★しろみさかなのくろすだれ	【ぎゅうにゅう】 とりにく・あぶらあげ かまぼこ ほき	【ぎゅうにゅう】	にんじん・はねぎ あかバブリカ・にんじん	わらび・ふき・たけのこ えのきたけ・はくさい ほししいたけ ズッキーニ・きバブリカ たまねぎ	【しらたまうどん】 さとう あぶら あぶら		小麦 乳 鶏肉 大豆 小麦 小麦 大豆	647	27.4
26	木	ごはん ぎゅうにゅう もちいりすましじる きぬあつあげのあまみそがけ	だしを あじわうひ かまぼこ だいず・あかみそ	【ぎゅうにゅう】	にんじん・はねぎ	はくさい・えのきたけ ほししいたけ	【こめ】 もち でんぷん・さとう		乳 大豆 小麦 さば 大豆 小麦	621	24.4
27	金	ごはん ぎゅうにゅう はっぼうさい ポークシューマイ・2こ ごさかな		【ぎゅうにゅう】	にんじん・チンゲンサイ	【たまねぎ】・はくさい たけのこ・ほししいたけ たまねぎ・しょうが	【こめ】 でんぷん・さとう パンこ・さとう こむぎこ さとう		乳 豚肉 小麦 豚肉 小麦 鶏肉 大豆 鶏肉 豚肉 小麦 大豆	651	31.5
30	月	ごはん ぎゅうにゅう かきたまじる ★とりにくのせんちゃあげ	しゅんを あじわうひ 【たまご】・かまぼこ とりにく	【ぎゅうにゅう】	にんじん・はねぎ せんちゃ	えのきたけ・ほししいたけ しょうが・にんにく	【こめ】 でんぷん でんぷん・こめこ		乳 卵 小麦 大豆 鶏肉 大豆 小麦	690	27.9
31	火	ごはん ぎゅうにゅう しんじゃがのそぼろに いかねぎやきのわふうあんかけ		【ぎゅうにゅう】	にんじん・さやいんげん	こんにゃく・【たまねぎ】 ねぎ・とうもろこし しょうが	【こめ】 じゃがいも・さとう でんぷん・やまいも さとう		乳 鶏肉 大豆 小麦 いかに やまいも 大豆 小麦	637	22.8

- * _____ しろしのオレンジのかわ・からぶくろ、ヨーグルトのからようき・スプーンはぎょうしゃがかいしゅうします。
- ◆はおうぼこんだてです。
- サラダは、なまやさいではなく、すべてゆでてしようします。
- 【 】のしょくひんはあいちけんさんのものをしようしています。(てんこうなどにより、さんちがかわることがあります。)
- こんだてめいに () できさいされているちようみりょうは、こぶくろタイプです。
- ◎しるしはセンターでドレッシングなどであえてあります。
- ☆しるしはセンターであげてちようりしてあります。
- 2日、9日、12日、16日、24日、26日、31日のおかすには、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。

20日(金)の「ほんのみそあじヤンニョムチキン」は、浅井北小学校のじどうかかんがえたこんだてです。

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。



