

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)			
		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			
2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	796	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		
	◎フロッコリーのドレッシング和え			フロッコリー			ドレッシング	小麦 大豆 りんご 鶏肉 豚肉		
6金	ご飯					【米】				
	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	703	33.0
	さわらの照り焼き	さわら				砂糖・でんぷん	油	大豆 小麦		
	味付けのり		【のり】			砂糖		小麦 大豆		
9月	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	えのきたけ・干しいたけ	でんぷん		卵 小麦 大豆	818	32.0
	☆鶏肉のせん茶揚げ	鶏肉		せん茶	しょうが・にんにく	でんぷん・米粉	油	鶏肉 大豆 小麦		
10火	ご飯					【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	735	33.3
	さばの塩焼き	さば					油	さば		
11水	クロワッサン					クロワッサン		小麦 乳 大豆		
	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	754	21.0
	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		
12木	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 干しいたけ	でんぷん	油	豚肉 鶏肉 大豆 小麦	738	25.7
	ピビンバの具	【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		
	◎ピビンバの野菜			【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		
13金	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		
16月	ご飯					【米】				
	牛乳		【牛乳】					乳		
	若竹汁	かまぼこ・【豆腐】	わかめ	にんじん	だけのこ・えのきたけ・ねぎ			大豆 小麦	715	30.2
	☆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		
	小魚		かたくちいわし			砂糖				
17火	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・フロッコリー グリーンアスパラガス	【たまねぎ】	じゃがいも	ホワイトルウ 油	豚肉 大豆	869	31.1
	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。
- 6日、10日、12日、13日、20日、23日、30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ゲンとそば・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) 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			
18水	ご飯					【米】			723	31.1
	牛乳		【牛乳】					乳		
	いちみんのみぞ汁	豚肉・【豆腐】 ミックスみそ			【はくさい】・【なす】 えのきたけ・ねぎ		油	豚肉 大豆		
	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】・干しいたけ 【切干しだいこん】	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	767	30.1
	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		
	☆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		
	*オレンジ				オレンジ			オレンジ		
20金	わかめご飯		わかめ			【米】			817	28.4
	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		
	◎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】			720	26.7
	牛乳		【牛乳】					乳		
	もち入りすまし汁	かまぼこ		にんじん・葉ねぎ	はくさい・えのきたけ 干しいたけ	もち		大豆 小麦 さば		
	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		
24火	ご飯					【米】			785	29.8
	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・干しいたけ しょうが	砂糖	油	豚肉 大豆 小麦		
	☆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		
25水	ご飯					【米】			769	36.1
	牛乳		【牛乳】					乳		
	八宝菜	豚肉・いか・えび 【うすら卵】		にんじん・チンゲンサイ	【たまねぎ】・はくさい だけのこ・干しいたけ	でんぷん・砂糖	油	豚肉 いか えび 卵 鶏肉 大豆 小麦		
	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		
◎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			
26木	白玉うどん					【白玉うどん】		小麦	758	31.7
	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・ぶき・たけのこ えのきたけ・はくさい 干しいたけ	砂糖	油	鶏肉 大豆 小麦		
	☆白身魚の黒酢だれ	ほき		赤パプリカ・にんじん	スッキーニ・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			863	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	カレールー 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		
	◎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		
30月	ご飯					【米】			748	24.7
	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		
のりふりかけ	かつおぶし	のり	抹茶		砂糖・でんぷん					
31火	ご飯					【米】			816	30.9
	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	えのきたけ・干しいたけ とうもろこし	春雨	油	豚肉 鶏肉 大豆 小麦		
	◆☆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		

- * 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。
- 6日、10日、12日、13日、20日、23日、30日のおかずには、調味料に乳・卵・小麦・えび・かにかを
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。

31日(火)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～
★いちみんのみぞ汁★ はくさい、なす
★138丼の具★ 卵、切干しだいこん
感謝の気持ちを忘れずに
味わって食べましょう!