



2026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	献立名	赤：主に体をつくるものになる		緑：主に体の調子を整える		黄：主にエネルギーのもとになる		中学年量を掲載		
		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・食物繊維)	5群 (炭水化物)	6群 (脂質)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	
1 金	ごはん					こめ		たんごのせっく こんだて	584	21.1
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう							
	かつおフライ	かつお			たまねぎ・しょうが	パンこ・こむぎこ	あぶら			
	いりどり	とりにく		にんじん・さやいんげん	たけのこ・こんにゃく・れんこん	さとう	あぶら			
	とうふのすましじる	とうふ		みつば	えのきだけ・だいこん ほししいたけ					
7 木	ごはん					こめ		614	23.1	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう							
	とりにくのからあげ	とりにく			しょうが・にんにく	でんぷん	あぶら			
	あかじそあえ			あかじそ	もやし・キャベツ					
	ピリからじる	ぶたにく・みそ		にんじん・にら	たまねぎ・はくさい・ねぎ にんにく		あぶら			
8 金	シュガーあげパン					ロールパン・さとう	あぶら	591	21.2	
	フチパン・5~6ねん					フチパン				
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう							
	ミートボールのトマトに くにくだんご	とりにく・ぶたにく		あかピーマン・トマト ブロッコリー・にんじん	きピーマン・ズッキーニ エリンギ・とうもろこし たまねぎ	さとう	あぶら			
	グリーンポタージュ	ベーコン	ぎゅうにゅう スキムミルク	にんじん	たまねぎ・グリーンピース	じゃがいも こめこホワイトルウ	あぶら			
11 月	むぎごはん					こめ・おおむぎ		611	19.2	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう							
	やきにくやさしいため	ぎゅうにく		にら・あかピーマン	にんにく・しょうが・もやし たまねぎ	さとう	こまあぶら あぶら			
	フライドポテト					じゃがいも	あぶら			
	チンゲンサイとはるさめのスープ			チンゲンサイ・にんじん	えのきだけ・キャベツ	はるさめ				
12 火	ごはん					こめ		だしを あじわう	574	24.5
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう							
	さわらのしおこうじやき	さわら				こめこ	あぶら			
	しんたけのこのにももの	とりにく	こんぶ	さやいんげん	たけのこ・ごぼう	さとう	あぶら			
	だしをあじわうすましじる	とうふ		にんじん	はくさい・だいこん・ねぎ					
13 水	ごはん					こめ		646	21.0	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう							
	ビーフカレー	ぎゅうにく		にんじん・トマト	たまねぎ・しょうが・にんにく グリーンピース	じゃがいも・カレールウ	あぶら			
	カラフルソテー	ベーコン		ブロッコリー	カリフラワー・とうもろこし		あぶら			
	いちごヨーグルト		いちごヨーグルト							
14 木	ごはん					こめ		おうほ こんだて	650	24.8
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう							
	おすのちからでけんきいっばいサバのなんばんづけ	さば		にんじん・ピーマン	たまねぎ	さとう・でんぷん	あぶら			
	きんぴらごぼう	とりにく		さやいんげん	ごぼう・こんにゃく	さとう	こまあぶら			
	はるキャベツのみそじる	とうふ・みそ	わかめ		キャベツ・えのきだけ	じゃがいも				
15 金	ソフトめん					ソフトめん		658	25.5	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう							
	ミートソース	ぶたにく・ぶたレバー		にんじん・トマト	にんにく・たまねぎ	ひよこまめ・ハヤシルウ さとう	あぶら			
	アスパラサラダ	ツナ		ブロッコリー アスパラガス	とうもろこし		ドレッシング			
	ごはん					こめ				615
ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう								
とうふステーキのそぼろあん	とうふステーキ ぶたにく			たまねぎ	さとう・でんぷん	あぶら				
ピーマンのしおこんぶいため	ハム	こんぶ	ピーマン・にんじん	もやし		こまあぶら				
もちいりすましじる	ちくわ		こまつな	だいこん・ごぼう・ほししいたけ	もち					


応募献立 14日(木)
「お酢の方で元気いっぱいサバの南蛮漬け」は、木曾川西小学校の児童が考えた応募献立です。
おうちの人が作ってくれた好きな料理を学校のものにも食べてほしいことや、酢や野菜の方でみんなが元気いっぱいになれるといいなという思いを込めて考えてくれました。

一宮を食べる学校給食の日 19日(火)
一宮市でとれた食材を多く使っています。
●いちのみやなすのみそいため…なす
●うきうきかきたまじる…だいこん、はくさい、浮野地区でとれた卵が入っています。
太字の食品は、一宮市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。)

2026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

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！



日曜	献立名	赤：主に体をつくるものになる		緑：主に体の調子を整える		黄：主にエネルギーのもとになる		中学年量を掲載		
		1群 (たんぱく質) 魚・肉・卵 大豆・大豆製品	2群 (カルシウム) 牛乳・乳製品 海藻 骨ごと食べる小魚	3群 (カロテン) 色のこい野菜	4群 (ビタミン・食物繊維) その他の野菜・きのこ・果物	5群 (炭水化物) 米・パン・めん いも・砂糖	6群 (脂質) 油脂類・種実類	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	
19 火	ごはん					こめ		いちのみやを たべるかっこう さやしく のひ	686	24.4
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう							
	コロッケ	ぶたにく・ぎゅうにく		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			
	いちのみやなすのみそいため	ぶたにく・ぶたしパー だいす・みそ		にんじん・にら	なす・たまねぎ	さとう・でんぷん	あぶら			
	うきうきかきたまじる	たまご・かまぼこ			だいこん・はくさい・えのきたけ ねぎ	でんぷん				
20 水	ごはん					こめ		635	19.2	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう							
	あげぎょうざ・2こ	ぶたにく		にら	キャベツ・たまねぎ	こむぎこ・でんぷん	あぶら			
	パンパンジーサラダ	とりにく			きゅうり・キャベツ とうもろこし	さとう	ねりごま ごまあぶら			
	ビーフンスープ	ぶたにく		にんじん・とうみょう	もやし・たまねぎ	ピーフン				
21 木	ごはん					こめ		600	24.6	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう							
	しろみざかなのレモンソース	ホキ			レモン	さとう・こむぎこ・パンこ	あぶら			
	いそかあえ		のり	ほうれんそう・にんじん	もやし	さとう				
	しんたまねぎのみそしる	とりにく・なまあげ みそ	わかめ	かぼちゃ	たまねぎ・えのきたけ					
22 金	ロールパン					ロールパン		640	22.6	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう							
	デミグラスハンバーグ	ぶたにく・とりにく		トマト	たまねぎ	でんぷん・ハヤシルウ さとう	あぶら			
	こぶきいも			パセリ		じゃがいも				
	コンソメスープ	ウインナー		にんじん	キャベツ・たまねぎ とうもろこし					
25 月	ごはん					こめ		「まごわ やさしい」 こんだて	593	28.6
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう							
	あじのしおやき	あじ					あぶら			
	ひじきのごまいため	とりにく	ひじき		グリーンピース・とうもろこし	さとう	あぶら・ごま			
	ごじる	ぶたにく・だいす・みそ なまあげ・とうにゅう		にんじん・こまつな	だいこん・しめじ・こんにゃく	じゃがいも				
26 火	しらたまうどん					しらたまうどん		「しんを あじわうひ」	610	26.0
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう							
	さんさいうどん (しる)	とりにく		にんじん	わらび・ふき・たけのこ・ごぼう えのきたけ・はくさい・ねぎ					
	だいすときびなごのあまからがらめ	きびなご・だいす				こめこ・でんぷん さつまいも・さとう	あぶら			
27 水	ごはん					こめ		633	19.6	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう							
	なまあげのヤンニョム	なまあげ			にんにく	さとう・でんぷん	あぶら			
	チャブチェ	ぶたにく		にんじん・ピーマン	にんにく・しょうが・もやし	はるさめ・さとう	あぶら ごまあぶら			
	えびとトックのスープ	えび		チンゲンサイ	たまねぎ・キャベツ・たけのこ	トック				
28 木	ごはん					こめ		613	20.6	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう							
	ちくわのいそべあげ 1~3ねん・2ほん 4~6ねん・3ほん	ちくわ	あおのり			こめこ	あぶら			
	くきわかめいため	ツナ	くきわかめ	にんじん		さとう	あぶら ごまあぶら			
	けんちんじる	とうふ・あぶらあげ			だいこん・ごぼう・ほししいたけ こんにゃく	さといも	ごまあぶら			
29 金	むぎごはん					こめ・おおむぎ		586	25.6	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう							
	あつやぎたまご	たまご				さとう・でんぷん	あぶら			
	キムタクごはん(ぐ)	ぶたにく			はくさい・はくさいキムチ たくあん		あぶら			
やさいたつぶりみそしる	なまあげ・みそ		こまつな・にんじん	キャベツ・もやし・しめじ	じゃがいも		「ただしい はしづかいの ひ」			

◆お知らせ◆

- ① 一宮市の給食では「くるみ・そば・落花生」は、使用していません。
- ② 7日、11日、12日、14日、18日、25日、28日は、「えび・かに・小麦・卵・乳（飲用牛乳を除く）」を含まない献立です。
- 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については、詳細な献立表をご覧ください。
- 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。

