



5月学校給食献立表



- ① 県内の消費者と生産者が今まで以上にいい関係になる
- ② Eat more Aichi products (イート モア アイチ プロダクツ) もっと愛知県産品を食べよう (利用しよう)

(2023年)この献立表にはすべての材料を記載していません。食物アレルギーの対応は詳細な献立表にて確認してください。小牧市教育委員会

11月までの献立

日曜	献立名	おもな材料名					
		おもに体をつくるもとになるもの		おもに体の調子を整えるもとになるもの		おもにエネルギーのもとになるもの	
		1群 魚・肉・卵・大豆・大豆製品	2群 牛乳・小魚・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・きのこ・果物	5群 穀類・いも類・さとう	6群 油脂・種実類
1月	ごはん 牛乳 豚丼 まめまめサラダ オレンジ	豚肉 生揚げ かまぼこ 大豆 まぐろ油漬け	牛乳	にんじん	たまねぎ こんにゃく ねぎ ミックスビーンズ キャベツ きゅうり レモン果汁 オレンジ	米 さとう さとう	油
2火	ごはん 牛乳 若竹汁 さかな型はんぺん きんぴらごぼう かしわもち	豆腐 かまぼこ 魚肉 豚肉	牛乳 わかめ	にんじん みつば	たまねぎ えのきたけ たけのこ たまねぎ コーン ごぼう	米 でんぶん さとう さとう 小豆 米粉 さとう	油 ごま ごま油 油
8月	ごはん 牛乳 マカロニスープ 鉄人ドライカレー ファイバー入りヨーグルト	豚肉 豚レバー 大豆	牛乳 ファイバー入りヨーグルト	にんじん にんじん ピーマン	キャベツ コーン たまねぎ たまねぎ にんにく	米 マカロニ	油
9火	ごはん 牛乳 じゃがいもとうま煮 きびなごの唐揚げ 海藻と糸寒天のサラダ ソフトめん 牛乳	鶏肉 さつま揚げ きびなご	牛乳	にんじん さやいんげん	たまねぎ こんにゃく しょうが キャベツ	米 じゃがいも さとう さとう 米粉 でんぶん さとう	油 ごま油 油
10水	トマトソース 焼きチキンナゲット フルーツゼリーあえ	牛肉 豚肉 鶏肉	牛乳	にんじん トマト	たまねぎ にんにく にんにく しょうが パイン もも	ソフトめん トマトルウ じゃがいも りんごゼリー みかんゼリー	油 油
11木	ごはん 牛乳 たまねぎのみそ汁 かつおフライ カラフルひじきいため	鶏肉 豆腐 油揚げ みそ かつお ちくわ 大豆	牛乳 わかめ	にんじん	たまねぎ なめこ ねぎ	米	油 油 油
12金	サンドイッチパンズパン 牛乳 さけボールの豆乳チャウダー ハンバーグのケチャップソース キャベツソース ④スライスチーズ	さけボール 豆乳 鶏肉 豚肉	牛乳	にんじん トマト にんじん	たまねぎ コーン たまねぎ にんにく しょうが キャベツ	パン じゃがいも 米粉のホワイトルウ さとう でんぶん	油 油
15月	①わかめごはん 牛乳 ②たけのこごはん 牛乳 かきたま汁 えびカツ(1食用ソース) グレーゼリー	鶏肉 油揚げ 鶏卵 豆腐 かまぼこ えび たら	牛乳 わかめ	にんじん にんじん みつば	たけのこ 干しいたけ たまねぎ えのきたけ たまねぎ ぶどう果汁	米 アルファ化米 アルファ化もち米 さとう でんぶん でんぶん さとう パン粉 小麦粉 さとう	油 油 油
16火	ごはん 牛乳 マーボー豆腐 野菜しゅうまい もやしの中華サラダ	豆腐 豚肉 豚レバー 大豆 みそ 鶏肉 豚肉	牛乳	にんじん	ねぎ たまねぎ しょうが にんにく コーン たまねぎ しょうが もやし きゅうり	米 さとう でんぶん パン粉 小麦粉 さとう さとう	油 ごま ごま油
17水	白玉うどん 牛乳 五目うどん ③まぐろと大豆のみそがらめ 冷凍パン	鶏肉 かまぼこ 油揚げ まぐろ 大豆 みそ	牛乳	にんじん	たまねぎ えのきたけ 干しいたけ ねぎ しょうが パイン	白玉うどん でんぶん さとう さとう	油 ごま
18木	ごはん 牛乳 豚肉と生揚げの煮もの とうふだんご こまつなとじゃこのおかかあえ	豚肉 生揚げ 豆腐 鶏肉 かつお節	牛乳	にんじん さやいんげん にんじん こまつな にんじん	だいこん たけのこ たまねぎ ごぼう ねぎ しょうが もやし	米 さとう でんぶん パン粉 さとう さとう	油 油
19金	ごはん 牛乳 けんちん汁 さわらの西京焼き アスパラガスのいためもの ひじきのり	鶏肉 豆腐 さわら みそ ハム かつお	牛乳	にんじん アスパラガス にんじん	ごぼう 切り干し大根 こんにゃく 干しいたけ ねぎ コーン	米 さとう	ごま油 油 油
22月	麦ごはん 牛乳 カレーライス ウインナー 福神サラダ ココア牛乳のもと	牛肉 ウインナー	牛乳	にんじん	たまねぎ にんにく キャベツ きゅうり 福神漬け	米 麦 じゃがいも カレールウ さとう ココア牛乳のもと	油
23火	ごはん 牛乳 汁だくさん汁 納豆みそそば 型抜きレアチーズ 中華めん 牛乳 しょうゆラーメン 揚げぎょうざ フルーツ杏仁	豆腐 かまぼこ 油揚げ 豚肉 納豆 みそ	牛乳 糸寒天	にんじん にんじん	切り干し大根 ごぼう ねぎ たまねぎ コーン ねぎ しょうが にんにく いちご果汁 レモン果汁	米 さとう さとう 中華めん	油
24水	しょうゆラーメン 揚げぎょうざ フルーツ杏仁	豚肉 なた 豚肉	牛乳	にんじん たら たら	もやし きくらげ キャベツ たまねぎ にんにく パイン もも りんご	パン粉 でんぶん さとう 小麦粉 杏仁豆腐 ぶどうゼリー	油 油
25木	ごはん 牛乳 鉄火みそ いわしの梅煮 ほうれんそうのいためもの ロールパン 牛乳 鶏団子のトマト煮込み のり塩フライドポテト 大豆チョコクリーム ④飲むヨーグルト	鶏肉 大豆 さつま揚げ みそ いわし ベーコン	牛乳	にんじん にんじん トマト	こんにゃく ごぼう しょうが しそ ほうれんそう にんじん コーン	米 さとう でんぶん さとう	油 油
26金	ごはん 牛乳 トックスープ ピピンバ 冷凍みかん	鶏肉 豆腐 豚肉	牛乳	にんじん たら にんじん ほうれんそう	だいこん キャベツ たまねぎ しめじ	パン フライドポテト さとう 大豆チョコクリーム	油 油
29月	麦ごはん 牛乳 トックスープ ピピンバ 冷凍みかん	鶏肉 豆腐 豚肉	牛乳	にんじん たら にんじん ほうれんそう	たまねぎ コーン にんにく しょうが 大豆もやし 切り干し大根 みかん	米 麦 トック さとう	油 油
30火	①たけのこごはん 牛乳 ②わかめごはん 牛乳 豆乳入りみそ汁 キャベツメンチカツ アーモンド小魚	鶏肉 油揚げ 豚肉 豆腐 豆乳 みそ 鶏肉 豚肉	牛乳 わかめ	にんじん	えのきたけ だいこん ねぎ キャベツ たまねぎ	アルファ化米 アルファ化もち米 さとう 米 さとう さとう	油 油 アーモンド ごま
31水	ごはん 牛乳 すきやき煮 厚焼き卵 野菜とツナのあえもの	牛肉 焼き豆腐 鶏卵 まぐろ油漬け	牛乳	にんじん	ねぎ ぼくさい こんにゃく キャベツ	米 さとう でんぶん さとう	油 ごま ごま油

付記 材料の都合により一部変更する場合があります。

④は小学校 ⑤は中学校

⑦17日(水)「まぐろと大豆のみそがらめ」は令和4年度 北里中学校 生徒 加知 大典さんの応募献立を参考にしました。

給食回数 ④⑤20回

携帯電話用ホームページ

※はしは毎日持ってきてください。

※学校給食のごはんは愛知県産米「あいちのかおり」を使用しています。

初めての食材でアレルギー症状が起きる場合があります。食材のことなどを確認したい場合は、お気軽に学校へご相談ください。詳しい資料をお渡りするか、ご希望の方には担当栄養士がわかりやすくご説明いたします。



給食とSDGs ～身近な給食で考えよう～ 5月「食事マナー」

食事にはエネルギーや栄養素をとる以外にも、人と人のつながりを深めたり心を和ませたりする働きがあります。食事マナーは昔から伝えられてきたもので、相手への思いやりの気持ちが、あらわれたものです。食事の場が楽しい雰囲気になるようにみんなで工夫しましょう。



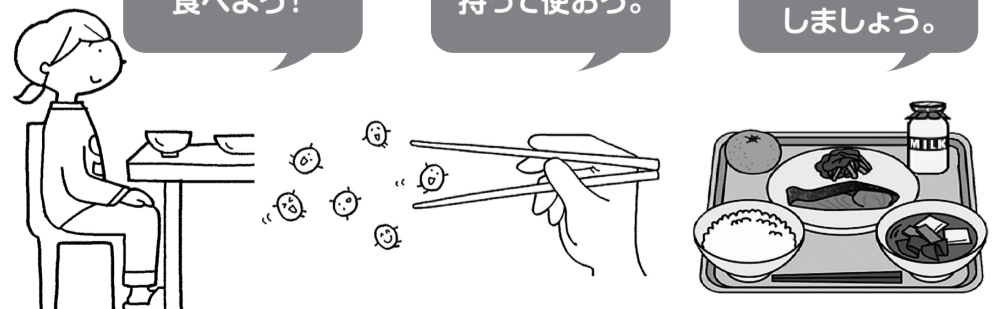
毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日～」です。

「食育」とは、食べ物に興味をもち、食について学ぶことです。この日は、「家族といっしょに家でごはんを食べましょう」との願いからつくられました。

良い姿勢で
食べよう!

はしを正しく
持って使おう。

正しい食器の
並べ方を
しましょう。



調味料を除く副菜(おかず・デザート)にアレルギー特定原材料(卵、乳、小麦、えび、かに、落花生、そば)を含まない献立を月に1回程度作成しています。(詳細な献立表に記載してあります。)

小牧市のホームページに学校給食のコーナーがあります。

再生紙使用