



令和6年 5 月 分 献 立 予 定 表



今年度は町で1食小学生40円、中学生50円を負担して子育て世帯を応援します。

毎月19日は「食育の日～おうちごはんの日」

武豊町学校給食センター

日付	曜日	こ ん だ て め い	体をつくるものになる食品		体の調子をととのえるものになる食品		エネルギーのものになる食品		小	中
			1群	2群	3群	4群	5群	6群		
			魚・肉・卵・豆・豆製品	乳製品・小魚・海藻	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		
1	水	ミルクロールパン 牛乳		牛乳			パン		630	784
		ハムステーキ	鶏肉 豚肉				油			
		ツナサラダ(イタリアンドレッシング)	ツナ			きゅうり キャベツ		ドレッシング	30.6	37.8
		アスパラのクリームスープ	鶏肉	牛乳 スキムミルク	アスパラガス にんじん	玉ねぎ とうもろこし	じゃがいも			
2	木	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		690	846
		さわらのみそかけ	さわら みそ			生姜	砂糖 でんぷん	油		
		ちくさあえ	ハム		小松菜 にんじん	キャベツ	砂糖			
		わかたけじる	かまぼこ 豆腐 油揚げ	わかめ	ねぎ にんじん	ねぎ たけのこ 玉ねぎ			27.6	33.2
		かしわもち	小豆				砂糖 米粉			
7	火	むぎごはん 牛乳		牛乳			麦ごはん		659	834
		ハッシュドポーク	豚肉		にんじん トマト	玉ねぎ エリンギ	砂糖	油		
		ポテトサラダ(ノンエッグマヨネーズ)	ハム			きゅうり	じゃがいも	ノンエッグマヨネーズ	23.8	28.8
		パインスティック				パイナップル	砂糖			
8	水	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		638	807
		とりにくのてりやき	鶏肉				砂糖 でんぷん	油		
		こまつなのごまあえ	ツナ		小松菜 にんじん	もやし	砂糖	ごま	29.4	38.5
		ぶたじる	豚肉 豆腐 みそ		にんじん ねぎ	ねぎ ごぼう 玉ねぎ	じゃがいも			
9	木	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		654	821
		はるまき	豚肉		にんじん いら	キャベツ もやし エリンギ	小麦粉	油 ごま油		
		パンバンジーサラダ	鶏肉			キャベツ きゅうり		油 ドレッシング	22.9	27.5
		ちゅうかコーンスープ	ベーコン 豆腐		にんじん ねぎ	ねぎ 玉ねぎ 干し椎茸 とうもろこし	でんぷん	油		
10	金	しらたまうどん 牛乳		牛乳			うどん		632	751
		きつねうどんのしる	鶏肉 油揚げ		にんじん ねぎ	ねぎ 玉ねぎ 大根 干し椎茸				
		にくだんごのおこのみだれかけ (目安量:小4~6こ、中6~7こ)	豚肉 鶏肉	青のり		玉ねぎ	でんぷん 砂糖	油	30.3	35.9
		アーモンドあえ	ツナ		小松菜 にんじん	キャベツ	砂糖	アーモンド		
13	月	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		632	830
		だいきりナゲット(小2こ中3こ)	鶏肉 大豆		にんじん			油		
		ひじきのいために	鶏肉 さつま揚げ	ひじき	にんじん		砂糖	油	25.1	32.6
		じゃがいものみそしる	油揚げ 豆腐 みそ		ねぎ	ねぎ えのきたけ 玉ねぎ	じゃがいも			
14	火	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		653	818
		たけのこごはんのく <small>ごはんにまぜて たべましょう</small>	鶏肉 ちくわ		にんじん	たけのこ 干し椎茸	砂糖			
		あおじそいりあじフライ	あじ		青じそ		パン粉	油	26.7	32.3
		みだくさんじる	豚肉 豆腐 油揚げ		にんじん ねぎ	ねぎ ごぼう 玉ねぎ	じゃがいも			
		ココアぎゅうにゅうのもと					砂糖			
15	水	むぎごはん 牛乳		牛乳 わかめ			麦ごはん		658	811
		ピピンバ(にく・たまご) <small>ごはんにまぜて たべましょう</small>	豚肉 卵			にんにく	砂糖	油		
		ピピンバ(やさい)			にんじん 小松菜	大豆もやし	砂糖	ごま油	27.2	32.8
		ワンタンスープ	ベーコン		にんじん ねぎ	ねぎ たけのこ 玉ねぎ とうもろこし	ワンタン皮			
		ヨーグルト		ヨーグルト						
16	木	サンドイッチパンズパン 牛乳		牛乳			パン		662	824
		ハンバーグのケチャップソースかけ	豚肉 鶏肉			玉ねぎ	砂糖 でんぷん	油		
		グリーンサラダ	ツナ			枝豆 きゅうり キャベツ		ドレッシング	29.5	35.7
		キャロットポタージュ <small>有機農業で作った 玉ねぎを使います</small>	ベーコン 豆乳		にんじん	玉ねぎ エリンギ				
17	金	むぎごはん 牛乳		牛乳			麦ごはん		662	840
		いわしのうめに	いわし			梅	砂糖			
		ひきずり	鶏肉 かまぼこ 焼き豆腐		にんじん ねぎ	ねぎ はくさい えのきたけ こんにゃく	砂糖	油	33.0	40.2
		きりぼしだいこんのごまずあえ	ハム		にんじん	切り干し大根 枝豆	砂糖	ごま ごま油		



令和6年 5 月 分 献 立 予 定 表



今年度は町で1食小学生40円、中学生50円を負担して子育て世帯を応援します。

毎月19日は「食育の日～おうちごはんの日」

武豊町学校給食センター

日付	曜日	こ ン だ て め い	体をつくるものになる食品		体の調子をととのえるものになる食品		エネルギーのもとになる食品		小	中		
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)		
			魚・肉・卵・豆・豆製品	乳製品・小魚・海藻	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				
20	月	ごはん	牛乳		牛乳			ごはん				
		いかフライのレモンソースかけ	いか			レモン		パン粉 小麦粉 砂糖	油	642	833	
		とりにくとやさいのみそいため	鶏肉 みそ		にんじん	玉ねぎ キャベツ とうもろこし 生姜		砂糖 でんぷん	油	28.4	36.5	
		さわにわん	豚肉 豆腐 油揚げ		にんじん ねぎ	ねぎ ごぼう 玉ねぎ 干し椎茸						
21	火	むぎごはん	牛乳		牛乳			麦ごはん				
		カレー	豚肉		にんじん	玉ねぎ エリンギ にんにく りんご		じゃがいも	油	637	806	
		チキンサラダ	鶏肉		バジル	キャベツ きゅうり とうもろこし レモン		砂糖	オリーブ油 油	23.2	27.9	
		ふくじんづけ			しそ	大根 かり なす れんこん 生姜 きゅうり なた豆		砂糖				
22	水	ロウカットげんまいごはん	牛乳		牛乳			ごはん				
		あげぎょうざ(小2中3こ)	豚肉		にら	キャベツ 玉ねぎ にんにく		パン粉 小麦粉	油	638	833	
		チンジャオロースー	豚肉		ピーマン 赤ピーマン	たけのこ にんにく		砂糖 でんぷん	油	26.0	32.3	
		はるさめスープ	鶏肉 豆腐		にんじん ねぎ	ねぎ 玉ねぎ とうもろこし		春雨				
23	木	ごはん	牛乳		牛乳			ごはん				
		さばぎんがみやき	さば みそ					砂糖		637	802	
		にくじゃが	豚肉 さつま揚げ		にんじん さやいんげん	玉ねぎ こんにゃく		じゃがいも 砂糖	油	28.7	34.4	
		ゆかりあえ			赤しそ	キャベツ もやし						
24	金	ソフトめん	牛乳		牛乳			ソフトめん				
		ミートソース	豚肉 大豆		にんじん	玉ねぎ エリンギ		砂糖	油	667	824	
		アスパラサラダ(コーンクリームドレッシング)	ツナ		アスパラガス	キャベツ とうもろこし			ドレッシング	26.6	32.4	
		れいとうみかん				みかん						
27	月	わかめごはん	牛乳		牛乳 わかめ			ごはん				
		キャベツいりメンチカツ	豚肉				キャベツ 玉ねぎ	パン粉 小麦粉	油	643	816	
		きりぼしだいこんのふくめに	鶏肉 さつま揚げ		にんじん	切り干し大根 枝豆		砂糖	油	25.4	31.8	
		けんちんじる	豆腐 油揚げ		にんじん ねぎ	ねぎ 大根 ごぼう 干し椎茸		里いも でんぷん				
		かんそうござかな			かたくりわし			砂糖				
28	火	ごはん	牛乳		牛乳			ごはん				
		レバーいりしろうごまつくね(小2中3こ)	鶏肉				玉ねぎ	パン粉 砂糖	ごま	622	813	
		なまあげのみそに	豚肉 生揚げ さつま揚げ みそ		にんじん	玉ねぎ たけのこ こんにゃく 干し椎茸 生姜		砂糖		25.8	32.1	
		たくあんあえ				大根 キャベツ		砂糖				
29	水	こがたロールパン	牛乳		牛乳			パン				
		やきそば	豚肉 ちくわ		青のり	にんじん	キャベツ 生姜 玉ねぎ	焼きそばめん	油	623	767	
		オムレツのトマトソースかけ	卵		トマト		玉ねぎ	砂糖 でんぷん	油	25.0	29.8	
		フルーツのゼリーあえ	豆乳				もも パイナップル みかん りんご ぶどう	砂糖				
30	木	ごはん	牛乳		牛乳			ごはん				
		ぶたごぼうどん	豚肉			ごぼう 玉ねぎ こんにゃく		砂糖	油	667	810	
		ししゃもフライのあまずだれかけ(小1, 2年1尾 小3年~2尾)	ししゃも					パン粉 小麦粉 砂糖 でんぷん	油	27.8	32.3	
		とうふのすましじる	鶏肉 豆腐 油揚げ		にんじん ねぎ	ねぎ 玉ねぎ えのきたけ						
31	金	ごはん	牛乳		牛乳			ごはん				
		マーボーどうふ	豆腐 豚肉 みそ		ねぎ にんじん	ねぎ 玉ねぎ 生姜		砂糖 でんぷん		634	820	
		えびしゅうまい(小2中3こ)	えび たら		にんじん		玉ねぎ	でんぷん 小麦粉 パン粉		27.3	34.2	
		ココアまめ	大豆 きな粉					砂糖				

給食予定回数 21回

給食だより

※加工食品の食材は、主な原料を表記しています。
※物資の都合により、献立を変更する場合があります。

新緑が目に見え季節となりました。新年度が始まって1か月がたちましたが、心や体に疲れが出ていないでしょうか？ 朝なかなか起きられなかったり、日中ボーッとしたり、食欲がないなど、気になる症状がある場合は、下の5つのポイントを見て、生活リズムを整えましょう。

<p>起きたら、朝日を浴びる</p>	<p>朝食をよくかんで食べる</p> <p>朝食後に、トイレへ行く習慣をつけましょう。</p>	<p>昼間は外で体を動かす</p>	<p>食事は決まった時間に食べる</p>	<p>早めに布団に入る</p> <p>寝る前に、ゲーム機やスマホを見るのはやめましょう。</p>
--------------------	---	-------------------	----------------------	--

5月5日 端午の節句(菖蒲の節句)

かぶとや武者人形、こいのぼりを飾り、ちまきやかしわもちを食べて、男の子の健やかな成長を祝います。香りの強い菖蒲を入れたお風呂につかり、厄を払う風習もあります。
2日(木)の給食に、かしわもちが出ます。

5月に使う地元産の食材
(武豊町)
みそ 卵 キャベツ 玉ねぎ
(知多半島)
小松菜
(愛知県)
米 牛乳 豚肉 きゅうり
ねぎ 大根 白菜