

令和6年1月分学校給食献立表

豊橋市南部学校給食センター

日	曜日	献立名	食品の種類と体内でののはたらき						エネルギー(kcal) 小学校 中学校	メモらん
			赤主に体の組織をつくる食品群		緑主に体の調子を整える食品群		黄主にエネルギーになる食品群			
			1群 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 牛乳・乳製品 小魚・海そう	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖	6群 油脂 (種実)		
10	水	ごはん 牛乳 いわしのしょうが煮 そえやさい つくね汁		牛乳 いわし		しょうが キャベツ		ごはん 米油	594 757	
11	木	ソフトめん 牛乳 ハムとやさいのソテー カレーソース		牛乳 ロースハム 豚肉、豆乳		ごまつな キャベツ、コーン たまねぎ、えだまめ		ソフトめん じゃがいも 米油 米油	611 733	ソフトめん：小麦粉は50%愛知県産 ハムとやさいのソテー：ごまつなは豊橋産
12	金	麦ごはん 牛乳 ひじき入りきょうざ(小2こ、中3こ) そえやさい マーボー豆腐		牛乳 ひじき 豚肉、大豆、豆腐 とりレバー、赤みそ		キャベツ、たまねぎ もやし しょうが、にんにく、たまねぎ たけのこ、しいたけ		麦ごはん 小麦粉 米油 米油 砂糖、でん粉 ごま油、米油	674 883	
15	月	ごはん 牛乳 にぎすフライ ゆでやさい かんとう煮	P卵無マヨネーズ	牛乳 にぎす		ブロッコリー コーン、キャベツ		ごはん 小麦粉 米油、卵無マヨネーズ	613 776	
16	火	麦ごはん 牛乳 ドライカレー オムレツ ABC マカロニスープ		牛乳 豚肉、大豆 卵 ベーコン		にんじん にんにく、しょうが、たまねぎ グリーンピース		麦ごはん 米油 マカロニ、じゃがいも	644 811	
17	水	ロールパン 牛乳 米粉コロケ そえやさい ポークビーンズ		牛乳 豚肉、大豆		ごまつな キャベツ たまねぎ		ロールパン 米粉、じゃがいも 米油 米油 砂糖	736 920	ロールパン：小麦粉は50%愛知県産 そえやさい：ごまつなは豊橋産
18	木	ごはん 牛乳 やさいたっぷりチャプチェ ジンジャースープ	ココア糖	牛乳 豚肉 ベーコン、豆腐		チンゲンサイ、にんじん にんじん、葉ねぎ		ごはん、ココア糖 はるさめ、砂糖 ごま、ごま油、米油 米油	570 721	
19	金	ごはん 牛乳 豚肉とごぼうの甘辛い 生揚げと根菜のみそ汁 みかん		牛乳 豚肉 生揚げ、赤みそ、白みそ		にんじん、さやいんげん にんじん		ごはん 砂糖 ごま、米油、ごま油 さといも	603 757	
22	月	ごはん 牛乳 だいこんサラダ みそ煮込みうどん	小魚 Pごまドレッシング	牛乳、小魚 かまぼこ、とり肉、油揚げ 赤みそ		だいこん、きゅうり、コーン はくさい、根深ねぎ		ごはん ごまドレッシング うどん、砂糖	606 768	みそ煮込みうどん：愛知県の郷土料理
23	火	ごはん 牛乳 ごぼう入りつくね(小2こ、中3こ) そえやさい 中華スープ煮	ひじきふりかけ	牛乳、ひじきふりかけ とり肉		ごぼう、たまねぎ キャベツ、コーン はくさい、たまねぎ、たけのこ しいたけ		ごはん 米油 ごま油、米油	584 766	そえやさい：ごまつなは豊橋産
24	水	なめし(ごはん) 牛乳 煮みそ ふのすまし汁 一口蒲郡みかんゼリー	なめしふりかけ	牛乳 生揚げ、揚げはんぺん 赤みそ わかめ		こんにゃく、だいこん、根深ねぎ たまねぎ、えのきたけ みかん		ごはん さといも、砂糖 ふ 砂糖	560 710	なめし、煮みそ：三河の郷土料理
25	木	スライスパン 牛乳 チーズハンバーグサンド (ハンバーグ) チーズハンバーグサンド (ゆでやさい) 青じそ入りポトフ	スライスチーズ	牛乳 スライスチーズ 豚肉、とり肉 ウインナー		たまねぎ キャベツ だいこん、たまねぎ、カリフラワー		スライスパン 砂糖、でん粉 じゃがいも	678 768	スライスパン：小麦粉は50%愛知県産 青じそ入りポトフ：青じそは豊橋産
26	金	ごはん 牛乳 れんこんサンドフライ そえやさい 煮干し入り豚汁		牛乳 とり肉 煮干し粉		れんこん キャベツ、えだまめ だいこん、ごぼう		ごはん 小麦粉 米油 米油 じゃがいも	610 803	愛知を食べる学校給食の日 煮干し入り豚汁：みそと煮干し粉を といて味付けしています
29	月	ごはん 牛乳 さばの土佐煮 煮なます シンシン豆乳スープ		牛乳 さば、かつお節 油揚げ 豚肉、豆腐、うずら卵 豆乳、白みそ		にんじん 切干しいたけ たまねぎ、キャベツ		ごはん 砂糖	609 777	シンシン豆乳スープ：広報とよはし1月号掲載献立
30	火	ごはん 牛乳 ささみ青じそフライ ミニトマト(小1こ、中2こ) 生揚げとやさいの煮つけ		牛乳 とり肉 生揚げ、ちくわ		青じそ ミニトマト にんじん、ごまつな こんにゃく、だいこん、ごぼう		ごはん 小麦粉 米油 砂糖	622 785	愛知を食べる学校給食の日 生揚げとやさいの煮つけ：ごまつなは豊橋産 ささみ青じそフライ：青じそは豊橋産 ミニトマト：豊橋産
31	水	ロールパン 牛乳 ウインナーソテー 米粉のホワイトシチュー		牛乳 ウインナー チーズ、調理用牛乳 生クリーム		キャベツ、エリンギ、えだまめ たまねぎ		ロールパン 米油 米油 じゃがいも	624 794	ロールパン：小麦粉は50%愛知県産 米粉のホワイトシチュー：ブロッコリーは豊橋産

- 献立は都合により変更する場合があります。
- スプーンマーク はスプーンをつけます。
- 献立名の④は学校へ直送します。
- 小学校のエネルギー(kcal)は、中学年の量を表示しています。
- P(パック)…卓上調味料のことで、各学級1本です。
- 太文字は愛知県産の予定です。

※給食についてのご意見、ご質問は南部給食センター電話 45-4512 または保健給食課電話 51-2835 へお問合せください。

28品目のアレルギーを含む商品の情報は裏面に表示しています。28品目以外のアレルギーを含む食品の情報が必要な場合は、担当給食センターまたは保健給食課にてご確認ください。

※この面は、すべての食品が表示されているわけではありません。(加工品で配合割合が少ない食品は表示されていません。)
※この面は、すべての調味料が表示されているわけではありません。
※同じ献立名でも使用する食品が異なる場合があります。裏面をご確認ください。

お知らせ

★献立紹介★「生揚げとやさいの煮つけ」

1人分材料

- こんにゃく…………… 10g (短冊切り、ボイル)
- 生揚げ…………… 30g (一口大、油抜き)
- ちくわ…………… 20g (小口切り)
- にんじん…………… 20g (いちよう切り)
- だいこん…………… 60g (いちよう切り)
- ごまつな…………… 8g (1cm)
- ごぼう…………… 35g (小口切り、酢水につける)
- 酢…………… 小さじ1/5 (ごぼう用)
- 三温糖…………… 小さじ1/2
- a たちりしょうゆ…………… 小さじ1
- みりん…………… 小さじ1/6
- 削り節…………… 1g

豊橋産のごまつなを使った料理です。カルシウム豊富な生揚げと野菜がたっぷりとれます。ご家庭でも作ってみてください。

作り方

- ① 削り節でだしをとりにんじん、だいこん、こんにゃく、ごぼうを煮る。
- ② aで調味する。
- ③ ちくわ、生揚げを入れて煮る。
- ④ ごまつなを入れて仕上げます。

毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日」です

全国学校給食週間

【期間】1月24日～30日

1月24日から1月30日までの1週間は「全国学校給食週間」です。学校給食は「生きた教材」として、地域の食材や食文化を伝え、栄養バランスの良い食事のお手本とされています。豊橋市では、学校給食週間で、愛知県の郷土料理や、地元の食材を多く使った給食が登場します。



保健給食課HP

とよはし産学校給食の日

キャベツ

1月に使用されるキャベツはすべて豊橋産です。豊橋市は全国でも有数のキャベツの産地です。




1月に提供するマーボー豆腐の調理風景の動画を掲載中！ぜひご覧ください！



保健給食課公式 YouTube

令和6年1月分 28品目アレルギー表示

豊橋市南部学校給食センター

日 曜	配膳例	献立名	表示義務品目			表示推奨品目
			卵 	乳 	小麦 	アーモンド、いか、オレンジ、牛肉、ごま、さけ、さば 大豆、鶏肉、豚肉、もも、やまいも、りんご、セラチン
10	水	ごはん いわしのしょうが煮 そえやさい つくね汁			いわしのしょうが煮 とりだんご、しょうゆ	いわしのしょうが煮(大豆) とりだんご(鶏肉、大豆)、生揚げ(大豆)、しょうゆ(大豆)
11	木	ソフトめん ハムとやさいのソテー カレーソース			ソフトめん カレールウ、オイスターソース	ロースハム(豚肉) 豚肉、えだまめ(大豆)、豆乳(大豆)、カレールウ(豚肉、りんご)、オイスターソース(大豆)
12	金	麦ごはん ひじき入りぎょうざ(小2こ、中3こ) そえやさい マーボー豆腐			ひじき入りぎょうざ しょうゆ	ひじき入りぎょうざ(大豆、鶏肉、豚肉、ごま) 豆腐(大豆)、豚肉、大豆、赤みそ(大豆)、とりレバー(鶏肉)、トウバンジャン(大豆) しょうゆ(大豆)、ごま油(ごま)
15	月	ごはん にぎすフライ ゆでやさい P卵無マヨネーズ かんと煮			にぎすフライ しょうゆ	P卵無マヨネーズ(大豆) がんもどき(大豆)、揚げはんぺん(大豆)、しょうゆ(大豆)
16	火	麦ごはん ドライカレー オムレツ ABCマカロニスープ	オムレツ		カレールウ、しょうゆ マカロニ、しょうゆ	豚肉、大豆、カレールウ(豚肉、りんご)、洋だし(豚肉、大豆)、しょうゆ(大豆) ベーコン(豚肉)、チキンピイオン(鶏肉)、しょうゆ(大豆)
17	水	ロールパン 米粉コロッケ そえやさい ホークビーンズ		ロールパン	ロールパン	ロールパン(大豆) 米粉コロッケ(豚肉、牛肉) 豚肉、大豆、洋だし(豚肉、大豆)
18	木	ごはん やさいたっぷりチャブチェ ジンジャースープ ココア糖			オイスターソース、しょうゆ しょうゆ	豚肉、ごま、オイスターソース(大豆)、しょうゆ(大豆)、ごま油(ごま) 豆腐(大豆)、ベーコン(豚肉)、チキンピイオン中華(鶏肉)、しょうゆ(大豆) ココア糖(大豆)
19	金	ごはん 豚肉とごぼうの甘辛いいため 生揚げと根菜のみそ汁 みかん			しょうゆ	豚肉、ごま、しょうゆ(大豆)、ごま油(ごま) 生揚げ(大豆)、赤みそ(大豆)、白みそ(大豆)
22	月	ごはん だいこんサラダ Pごまドレッシング みそ煮込みうどん 小魚			Pごまドレッシング うどん	Pごまドレッシング(大豆、ごま) 鶏肉、油揚げ(大豆)、赤みそ(大豆)
23	火	ごはん ごぼう入りつくね(小2こ、中3こ) そえやさい 中華スープ煮 ひじきふりかけ			しょうゆ、とりからスープ ひじきふりかけ	ごぼう入りつくね(大豆、鶏肉、豚肉) 豚肉、豆腐(大豆)、しょうゆ(大豆)、とりからスープ(鶏肉)、ごま油(ごま) ひじきふりかけ(大豆、ごま)
24	水	ごはん 煮みそ ふのすまし汁 なめしふりかけ 一口蒲郡みかんゼリー			ふ、しょうゆ	生揚げ(大豆)、赤みそ(大豆) 鶏肉、油揚げ(大豆)、しょうゆ(大豆)
25	木	スライスパン チーズハンバーグサンド(ハンバーグ) チーズハンバーグサンド(ゆでやさい) 青じそ入りポトフ スライスチーズ		スライスパン ハンバーグ スライスチーズ	スライスパン ハンバーグ	スライスパン(大豆) ハンバーグ(大豆、鶏肉、豚肉) ウインナー(豚肉)、洋だし(豚肉、大豆)
26	金	ごはん れんこんサンドフライ そえやさい 煮干し入り豚汁			れんこんサンドフライ	れんこんサンドフライ(大豆、鶏肉) えだまめ(大豆) 豚肉、豆腐(大豆)、油揚げ(大豆)、赤みそ(大豆)
29	月	ごはん さばの土佐煮 煮なます シンシン豆乳スープ	うずら卵		さばの土佐煮 しょうゆ	さばの土佐煮(さば、大豆) 油揚げ(大豆)、しょうゆ(大豆) 豚肉、豆腐(大豆)、豆乳(大豆)、白みそ(大豆)
30	火	ごはん ささみ青じそフライ ミニトマト(小1こ、中2こ) 生揚げとやさいの煮つけ			ささみ青じそフライ しょうゆ	ささみ青じそフライ(鶏肉) 生揚げ(大豆)、しょうゆ(大豆)
31	水	ロールパン ウインナーソテー 米粉のホワイトシチュー		ロールパン	ロールパン	ロールパン(大豆) ウインナー(豚肉)、えだまめ(大豆) 鶏肉、洋だし(豚肉、大豆)

必ずお読みください

【原材料として使用しない表示義務品目及び表示推奨品目】
※微量混入する場合があります(右記参照)

1 表示義務品目
8品目のうち、以下の6品目は学校給食で使用しません。
× えび、かに、くるみ、そば、落花生(ピーナッツ)、生卵※
※マヨネーズ等の調味料は、卵不使用の物を提供します。

2 表示推奨品目
20品目のうち、以下の6品目は学校給食で使用しません。
× あわび、いくら、カシューナッツ、キウイフルーツ、バナナ、まつたけ

以下の情報は、この面には記載されていません。給食センター又は保健給食課にてご確認ください

★28品目以外のアレルギーを含む食品
★28品目の微量混入(コンタミネーション、調味料、香料)

【コンタミネーション】
食品を生産する際に、原材料として使用していないにも関わらず、工場内や自然界での食物連鎖などで微量混入するものがあります。例えば、「のり」などの海藻類、小魚類は採取方法や捕食等により「えび」「かに」が含まれるものがあります。

【調味料】
例えば、「えび」「かに」は学校給食の原材料として使用しませんが、魚醤など海から捕れた材料の品種を選別せずにそのまま原材料として用いた調味料などに含まれるものがあります。

令和6年2月分学校給食献立表

豊橋市南部学校給食センター

日曜日	曜日	献立名	食品の種類と体内でのほたらき						エネルギー(kcal) 小学校 中学校	メモらん
			赤主に体の組織をつくる食品群		緑主に体の調子を整える食品群		黄主にエネルギーになる食品群			
			1群 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 牛乳・乳製品 小魚・海そう	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖	6群 油脂 (種実)		
1	木	ごはん 牛乳 節分豆 いわしのかば焼き 赤しそあえ 生揚げのくず煮	節分豆(大豆) いわし	牛乳			ごはん 砂糖、でん粉	633 822	節分豆：2月3日は節分	
2	金	麦ごはん 牛乳 ひじきとツナのそぼろ丼 さつま汁 いよかん	まぐろ とり肉、豆腐、油揚げ 赤みそ、白みそ	牛乳 ひじき	にんじん 葉ねぎ	コーン、えだまめ、しょうが だいこん、ごぼう、こんにゃく いよかん	麦ごはん 砂糖	642 811		
5	月	ごはん 牛乳 さばのてり焼き 海そうサラダ 生揚げとだいごんのいため煮	さば P和風ドレッシング 豚肉、生揚げ	牛乳 わかめ、糸寒天	にんじん にんじん、さやいんげん	はくさい、もやし こんにゃく、だいこん、しょうが	ごはん 砂糖	685 861	和風ドレッシング 米油	
6	火	ごはん 牛乳 ミンチカツ そえやさい けんちん汁	やさいふりかけ 豚肉	牛乳	にんじん にんじん、葉ねぎ	たまねぎ キャベツ だいこん、ごぼう、えのきたけ	ごはん 小麦粉	633 795	米油 米油 ごま油	
7	水	ごはん 牛乳 ごぼうサラダ すき焼き	型抜きちりめん P和風ドレッシング 豚肉、白はんぺん、焼豆腐	牛乳 型抜きちりめん	にんじん、さやいんげん	ごぼう、コーン こんにゃく、根菜ねぎ、はくさい	ごはん ふ、砂糖	628 779	ごまドレッシング 米油	
8	木	ソフトめん 牛乳 かぼちゃコロッケ やさいソテー 肉みそかけ		牛乳	かぼちゃ にんじん、パセリ にんじん、葉ねぎ	キャベツ たまねぎ、しょうが	ソフトめん 小麦粉	714 853	米油 米油 ごま油、米油	
9	金	ごはん 牛乳 さんまのみぞれ煮 そえやさい 筑前煮	ココア糖 さんま とり肉、ちくわ、高野豆腐	牛乳		だいこん キャベツ、もやし こんにゃく、ごぼう、れんこん、たけのこ、しいたけ	ごはん、ココア糖	627 797	米油 米油	
13	火	ごはん 牛乳 いか天ぷら ゆでやさい ごまみそ煮	P天つゆ いか 揚げはんぺん、赤みそ	牛乳		ほうれんそう にんじん、さやいんげん	ごはん 小麦粉	631 800	米油	
14	水	麦ごはん 牛乳 豚キムチ丼 コーン卵スープ ガトーショコラ	豚肉 ロースハム、卵 豆乳	牛乳	こまつな にんじん、葉ねぎ	にんにく、しょうが、白菜キムチ れんこん、根菜ねぎ たけのこ、コーン、しいたけ	麦ごはん 砂糖	649 799	米油 米油	
15	木	サンドイッチロール 牛乳 ピザドッグ ポテトスープ煮 はるみみかん	スティックチーズ ウインナー 豚肉	牛乳、スティックチーズ	ピーマン にんじん、こまつな	たまねぎ、マッシュルーム キャベツ、えだまめ はるみみかん	サンドイッチロール でん粉	665 756	米油 米油	
16	金	ごはん 牛乳 中華サラダ 酢豚	小魚 P和風ドレッシング 豚肉	牛乳、小魚		キャベツ、コーン、きゅうり たまねぎ、たけのこ、れんこん、しいたけ	ごはん はるさめ	630 806	パンパンドレッシング 米油	
19	月	ごはん 牛乳 いわしの梅煮 切干しだいごんのいため煮 飛鳥汁	いわし 油揚げ、ちくわ とり肉、生揚げ、白みそ	牛乳		梅 切干しだいごん はくさい、ごぼう、ぶなしめじ	ごはん 砂糖	602 767	ごま、米油	
20	火	サンドイッチパンズ 牛乳 フィッシュバーガー(たらフライ) フィッシュバーガー(ゆでやさい) かぼちゃのポタージュスープ	ケチャップソース たら とり肉、白いんげん豆、豆乳	牛乳		キャベツ たまねぎ	サンドイッチパンズ 小麦粉	702 810	米油 米油	
21	水	ごはん 牛乳 やさいサラダ シーフードカレー	(中)角チーズ Pコーンミートドレッシング まぐろ、豆乳、いか	牛乳、(中)角チーズ	フロココリー にんじん	コーン、キャベツ たまねぎ、えだまめ	ごはん じゃがいも	618 809	コーンクリームドレッシング 米油	
22	木	ごはん 牛乳 青じそ春巻 そえやさい 中華いため煮	とり肉 豚肉、豆腐ミートボール、うずら卵	牛乳	青じそ にんじん	もやし たまねぎ、はくさい、たけのこ、えだまめ、きくらげ	ごはん 小麦粉	652 828	米油 米油 ごま油、米油	
26	月	麦ごはん 牛乳 たれつき肉だんご(小2、中3) ツナやさいいため 五目汁	しそじきの佃煮 豚肉、とり肉 まぐろ とり肉、生揚げ	牛乳、しそじきの佃煮	にんじん にんじん、葉ねぎ	キャベツ だいこん、はくさい	麦ごはん	601 782	米油	
27	火	ロールパン 牛乳 ハンバーグのワインソースかけ そえやさい コンソメスープ	コーヒー糖 豚肉、とり肉 とり肉	牛乳		たまねぎ キャベツ、コーン たまねぎ、えだまめ	ロールパン、コーヒー糖 砂糖、でん粉	654 814	米油 米油	
28	水	(小)ごはん(中)赤飯 牛乳 一口カツ ゆでやさい すまし汁 (中)お祝いいちごケーキ	Pソース 豚肉 豆腐、梅かまぼこ (中)豆乳	牛乳		キャベツ、きゅうり たまねぎ、たけのこ、えのきたけ (中)いちご	(小)ごはん、(中)赤飯 小麦粉	558 795	米油 (中)砂糖 (中)パーム油	
29	木	麦ごはん 牛乳 すりみ入りコンシユウマイ(小2、中3) そえやさい マーボー豆腐	たら 豚肉、とりレバー、豆腐 大豆、赤みそ	牛乳	にんじん 葉ねぎ	コーン、たまねぎ もやし しょうが、にんにく、たまねぎ しいたけ、たけのこ	麦ごはん	637 826	米油 砂糖、でん粉 ごま油、米油	

- 献立は都合により変更する場合があります。
- スプーンマーク はスプーンをつけます。
- 献立名の①は学校へ直送します。
- 小学校のエネルギー(kcal)は、中学年の量を表示しています。
- P(パック)…卓上調味料のことで、各学級1本です。
- 太文字は愛知県産の予定です。
- 2月に使用するキャベツはすべて豊橋産の予定です。

※給食についてのご意見、ご質問は南部給食センター電話 45-4512 または保健給食課電話 51-2835 へお問合せください。

28品目のアレルゲンを含む商品の情報は裏面に表示しています。28品目以外のアレルゲンを含む食品の情報が必要な場合は、担当給食センターまたは保健給食課にてご確認ください。

毎月19日は『食育の日～おうちでごはんの日』です

※この面は、すべての食品が表示されているわけではありません。(加工品で配合割合が少ない食品は表示されていません。)
※この面は、すべての調味料が表示されているわけではありません。
※同じ献立名でも使用する食品が異なる場合があります。裏面をご確認ください。

★献立紹介★「筑前煮」

1人分材料

- とりもも肉… 20g (一口大、酒をかける)
- にんじん… 20g (いちよう切り)
- さといも… 20g (乱切り)
- たけのこ水煮… 15g (乱切り)
- ごぼう… 25g (乱切り、酢水につける)
- れんこん… 20g (乱切り、酢水につける)
- なししいたけ… 1g (水でもどし、いちよう切り)
- 高野豆腐… 5g (ぬるま湯でもどし、1cm角)
- ちくわ… 10g (小口切り)
- こんにゃく… 15g (1cm角、ボイル)
- さやいんげん… 5g (2cm)
- サラダ油… 小さじ1/4

筑前煮は、現在の福岡県北部にあたる筑前地方で昔からつくられていた煮物で、今は全国で食べられています。
給食では、とり肉、にんじん、れんこん、ごぼう、こんにゃく、高野豆腐、ちくわなどの具材を油でいため、砂糖としょうゆで甘辛く味付けし煮ます。「煮る前に油で炒める」という点が普通の煮物と異なります。油で炒めることによりコクが出て、さらに具材が油でコーティングされるため、煮た時にアクが出にくくなるというメリットがあります。

- a 削り節… 1g (だし用)
- 三温糖… 小さじ2/3
- みりん… 小さじ1/3
- たまりしょうゆ… 小さじ1
- 酒… 小さじ1/5 (肉用)
- 酢(れんこん・ごぼう用)… 小さじ1/3

2月の郷土料理「飛鳥汁」

2月の給食で提供される「飛鳥汁」とは、鶏肉や野菜を牛乳とだし汁で煮込んだ奈良県の郷土料理です。
△飛鳥汁には、牛乳が使用されています。乳アレルギーをお持ちの方はご注意ください。

作り方

- ① 削り節でだしをとる。
- ② サラダ油でとり肉、こんにゃく、にんじん、ごぼう、れんこん、たけのこをいためる。
- ③ しいたけ、さといもとだし汁を入れ、aで調味し、材料がやわらかくなるまで煮る。
- ④ ちくわ、高野豆腐を入れ、煮含める。
- ⑤ さやいんげんを入れ、仕上げる。

節分 2月3日

節分とは、季節を分けることを意味します。節分は1年に4回ありますが、1年の始まりと考えられる立春の前日が1年の中で最も大切にされています。災いをもたらす鬼を追い払うため、豆まきをしたり、いわしの頭をヒラギに刺して、玄関にかざったりする風習があります。いわしは焼くとにおいが強くなるため、鬼を近づけないと言われていました。今月の給食では、節分の献立として、いわしのかば焼きと節分豆を提供します。






保健給食課HP



保健給食課公式 YouTube

令和6年2月分 28品目アレルギー表示

豊橋市南部学校給食センター

日 曜	配膳例	献立名	表示義務品目			表示推奨品目
			卵 	乳 	小麦 	アーモンド、いか、オレンジ、牛肉、ごま、さけ、さば 大豆、鶏肉、豚肉、もも、やまいも、りんご、ゼラチン
1 木		ごはん いわしのかば焼き 赤しそあえ 生揚げのくず煮 節分豆			しょうゆ	しょうゆ(大豆) 鶏肉、生揚げ(大豆)、しょうゆ(大豆) 節分豆(大豆)
2 金		麦ごはん ひじきとツナのそぼろ丼 さつま汁 いよかん			しょうゆ	えだまめ(大豆)、しょうゆ(大豆) 鶏肉、油揚げ(大豆)、豆腐(大豆)、赤みそ(大豆)、白みそ(大豆)
5 月		ごはん さばのてり焼き 海そうサラダ P和風ドレッシング 生揚げとだいたいこんのいため煮			さばのてり焼き しょうゆ	さばのてり焼き(さば、大豆) 豚肉、生揚げ(大豆)、しょうゆ(大豆)
6 火		ごはん ミンチカツ そえやさい けんちん汁 やさいふりかけ			ミンチカツ しょうゆ	ミンチカツ(豚肉、大豆) 豆腐(大豆)、油揚げ(大豆)、しょうゆ(大豆)、ごま油(ごま)
7 水		ごはん ごぼうサラダ Pごまドレッシング すき焼き 型抜きいちごレアチーズ			Pごまドレッシング ふ、しょうゆ	Pごまドレッシング(ごま、大豆) 豚肉、焼豆腐(大豆)、しょうゆ(大豆)
8 木		ソフトめん かぼちゃコロケ やさいソテー 肉みそかけ			ソフトめん かぼちゃコロケ しょうゆ、テンメンジャン	かぼちゃコロケ(大豆、鶏肉) 豚肉、とりレバー(鶏肉)、赤みそ(大豆)、テンメンジャン(大豆、ごま)、しょうゆ(大豆)、トウバンジャン(大豆)、ごま油(ごま)
9 金		ごはん さんまのみぞれ煮 そえやさい 筑前煮 ココア糖			さんまのみぞれ煮 しょうゆ	さんまのみぞれ煮(大豆) 鶏肉、高野豆腐(大豆)、しょうゆ(大豆) ココア糖(大豆)
13 火		ごはん いか天ぷら P天つゆ ゆでやさい ごまみそ煮			いか天ぷら P天つゆ	いか天ぷら(いか) P天つゆ(大豆) ごま、赤みそ(大豆)
14 水		麦ごはん 豚キムチ丼 コーン卵スープ ガトーショコラ	卵		しょうゆ、白菜キムチ しょうゆ	豚肉、しょうゆ(大豆)、白菜キムチ(大豆、りんご) ロースハム(豚肉)、チキンピジョン中華(鶏肉)、しょうゆ(大豆) ガトーショコラ(大豆)
15 木		サンドイッチロール ピザドッグ ポテトスープ煮 スティックチーズ はるみみかん		サンドイッチロール	サンドイッチロール しょうゆ	サンドイッチロール(大豆) ウインナー(豚肉)、ピザソース(りんご、大豆) 豚肉、えだまめ(大豆)、洋だし(大豆、豚肉)、しょうゆ(大豆)
16 金		ごはん 中華サラダ Pバンバンジードレッシング 酢豚 小魚			しょうゆ、オイスターソース	Pバンバンジードレッシング(大豆、ごま) 豚肉、しょうゆ(大豆)、オイスターソース(大豆)
19 月		ごはん いわしの梅煮 切干しだいこんのいため煮 飛鳥汁		牛乳	いわしの梅煮 しょうゆ	いわしの梅煮(大豆) 油揚げ(大豆)、ごま、しょうゆ(大豆) 鶏肉、生揚げ(大豆)、白みそ(大豆)
20 火		サンドイッチパンズ フィッシュバーガー(たらフライ) ケチャップソース フィッシュバーガー(ゆでやさい) かぼちゃのポタージュスープ		サンドイッチパンズ	サンドイッチパンズ たらフライ	サンドイッチパンズ(大豆) たらフライ(大豆) ケチャップソース(大豆) 鶏肉、豆乳(大豆)、洋だし(大豆、豚肉)、チキンピジョン(鶏肉)
21 水		ごはん やさいサラダ Pコーンクリーミードレッシング シーフードカレー (中)角チーズ		(中)角チーズ	カレールウ、オイスターソース	いか、えだまめ(大豆)、カレールウ(豚肉、りんご)、豆乳(大豆)、オイスターソース(大豆)、洋だし(大豆、豚肉)
22 木		ごはん 青じそ春巻 そえやさい 中華いため煮	うずら卵		青じそ春巻 豆腐ミートボール、オイスターソース、しょうゆ	青じそ春巻(鶏肉、大豆) 豚肉、豆腐ミートボール(鶏肉、大豆、豚肉)、えだまめ(大豆)、オイスターソース(大豆)、しょうゆ(大豆)、ごま油(ごま)
26 月		麦ごはん たれつき肉だんご(小2こ、中3こ) ツナやさいいため 五目汁 しそひじきの佃煮			たれつき肉だんご しょうゆ しそひじきの佃煮	たれつき肉だんご(豚肉、鶏肉、大豆) 鶏肉、生揚げ(大豆)、しょうゆ(大豆) しそひじきの佃煮(大豆)
27 火		ロールパン ハンバーグのワインソースかけ そえやさい コンソメスープ コーヒータン		ロールパン	ロールパン ハンバーグ しょうゆ	ロールパン(大豆) ハンバーグ(豚肉、鶏肉、大豆) 鶏肉、えだまめ(大豆)、しょうゆ(大豆)、チキンピジョン(鶏肉)
28 水		(小)ごはん(中)赤飯 一口カツ Pソース ゆでやさい すまし汁 (中)お祝いいちごケーキ			一口カツ しょうゆ	一口カツ(豚肉、大豆) 豆腐(大豆)、しょうゆ(大豆) (中)お祝いいちごケーキ(大豆)
29 木		麦ごはん すりみ入りコーンしゅうまい(小2こ、中3こ) そえやさい マーボー豆腐			すりみ入りコーンしゅうまい しょうゆ	すりみ入りコーンしゅうまい(大豆、豚肉) 豚肉、とりレバー(鶏肉)、豆腐(大豆)、大豆、赤みそ(大豆)、しょうゆ(大豆)、トウバンジャン(大豆)、ごま油(ごま)

必ずお読みください

【原材料として使用しない表示義務品目及び表示推奨品目】
※微量混入する場合があります(右記参照)

1 表示義務品目
8品目のうち、以下の6品目は学校給食で使用しません。
× えび、かに、くるみ、そば、落花生(ピーナッツ)、生卵※
※マヨネーズ等の調味料は、卵不使用の物を提供します。

2 表示推奨品目
20品目のうち、以下の6品目は学校給食で使用しません。
× あわび、いくら、カシューナッツ、キウイフルーツ、バナナ、まつたけ

以下の情報は、この面には記載されていません。給食センター又は保健給食課にてご確認ください

★28品目以外のアレルギーを含む食品
★28品目の微量混入(コンタミネーション、調味料、香料)

【コンタミネーション】
食品を生産する際に、原材料として使用していないにも関わらず、工場内や自然界での食物連鎖などで微量混入するものがあります。例えば、「のり」などの海藻類、小魚類は採取方法や捕食等により「えび」「かに」が含まれるものがあります。

【調味料】
例えば、「えび」「かに」は学校給食の原材料として使用しませんが、魚醤など海から捕れた材料の品種を選別せずにそのまま原材料として用いた調味料などに含まれるものがあります。

令和6年3月分学校給食献立表

豊橋市南部学校給食センター

日	曜日	献立名	食品の種類と体内でのほたらき						エネルギー(kcal) 小学校 中学校	メモらん
			赤主に体の組織をつくる食品群		緑主に体の調子を整える食品群		黄主にエネルギーになる食品群			
			1群 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 牛乳・乳製品 小魚・海そう	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖	6群 油脂 (種実)		
1	金	ごはん 牛乳 ひなあられ とり肉のさつくりフライ コーンソテー 春やさいたっぷりスープ煮	ひなあられ	牛乳 とり肉	とりにんじん すりみボール	とりにんじん、ハセリ	コーン、えだまめ たけのこ、たまねぎ、キャベツ	ごはん、ひなあられ 米油 米油	639 814	ひなあられ：3月3日はひなまつり
4	月	ごはん 牛乳 ココア糖 ごまだれ肉だんご (小2こ、中3こ) 大豆のいそ煮 ゆばのすまし汁	ココア糖	牛乳 とり肉	とりにんじん、さやいんげん みつば	たまねぎ だいこん、たまねぎ、えのきたけ	ごはん、ココア糖 ごま 砂糖	610 789		
5	火	ごはん 牛乳 ほうれんそう入りオムレツ ツナやさしいため 牛肉とトマトのすき焼き		牛乳 卵 まぐろ 牛肉、焼豆腐	ほうれんそう にんじん トマト	たまねぎ キャベツ こんにゃく、たまねぎ、えだまめ	ごはん じゃがいも 米油 米油	661 838		
6	水	麦ごはん 牛乳 とり丼 だんご汁 はっさく		牛乳 とり肉	とりにんじん、葉ねぎ	こんにゃく、たまねぎ、えだまめ しょうが だいこん、ごぼう、しいたけ はっさく	麦ごはん 砂糖 米油	599 759	中学校卒業式	
7	木	ロールパン 牛乳 ビーンズサラダ 米粉のホワイトシチュー 一口洋なしゼリー	P卵無マヨネーズ	大豆、青大豆、金時豆、白いんげん豆 とりにんじん、ハセリ	とりにんじん、ハセリ	キャベツ、きゅうり、コーン たまねぎ、マッシュルーム 洋なし	ロールパン 卵無マヨネーズ 米油	654 822	ロールパン：小麦粉は50%愛知県産	
8	金	ごはん 牛乳 小魚 ひじき入りきょうざ (小2こ、中3こ) そえやさい マーボー豆腐	小魚	牛乳、小魚 ひじき	とりにんじん、葉ねぎ	キャベツ、たまねぎ もやし にんにく、しょうが、たまねぎ たけのこ、しいたけ	ごはん 小麦粉 米油 米油	690 908	砂糖、でん粉 ごま油、米油	
11	月	麦ごはん 牛乳 コーヒー糖 ピビンバ キャベツ入りしゅうまい (小2こ、中3こ) はるさめスープ	コーヒー糖	牛乳 豚肉	とりにんじん、チンゲンサイ	にんにく、ぜんまい、えのきたけ たけのこ、わらび、しいたけ 切干しだいこん キャベツ、たまねぎ たまねぎ、もやし	麦ごはん、コーヒー糖 砂糖 米油	618 801	ピビンバ：広報とよはし3月号掲載献立	
12	火	ごはん 牛乳 子持ちししゃもフライ (小2こ、中3こ) ゆでやさい 豚汁	ごまひじきの佃煮 Pソース	牛乳、ごまひじきの佃煮 ししゃも	とりにんじん、葉ねぎ	キャベツ、きゅうり ごぼう、たまねぎ、だいこん	ごはん 小麦粉 米油	644 844		
13	水	ソフトめん 牛乳 きのこやさいのソテー ミートソース きよみみかん		牛乳 ロースハム	とりにんじん、トマト	キャベツ、コーン、エリンギ ぶなしめじ たまねぎ、えだまめ きよみみかん	ソフトめん 米油 米油	672 801	ソフトめん：小麦粉は50%愛知県産	
14	木	ごはん 牛乳 やさしいサラダ カレーライス	いもけんぴ入り小魚 Pコーン・ミートソース	牛乳、小魚 豚肉、豆乳	とりにんじん	えだまめ、コーン、キャベツ たまねぎ、グリーンピース	ごはん、さつまいも コーン・ミートソース 米油	631 788		
15	金	(小)赤飯 (中)ごはん 牛乳 (中)スティックチーズ 米粉ほきフライ そえやさい 沢煮わん (小)お祝いいちごケーキ	(中)スティックチーズ	牛乳 (中)スティックチーズ ほき ロースハム	とりにんじん にんじん、みつば	キャベツ だいこん、たけのこ、ごぼう えのきたけ (小)いちご	(小)赤飯 (中)ごはん 米粉 米油 米油	703 785	(小)砂糖	
18	月	ごはん 牛乳 ハンバーグの和風あんかけ ゆでやさい 石狩汁	味付乾燥豆腐	牛乳 味付乾燥豆腐 豚肉、とり肉	とりにんじん にんじん、こまつな	たまねぎ もやし たまねぎ、キャベツ、根深ねぎ ぶなしめじ	ごはん 砂糖、でん粉 じゃがいも バター	651 815	石狩汁：北海道の郷土料理、こまつなは豊橋産	
19	火	サンドイッチパンズ 牛乳 米粉コロケバーガー (米粉コロケ) 米粉コロケバーガー (ゆでやさい) ミートボールとやさいのスープ煮	ケチャップソース	牛乳 ミートボール	とりにんじん、こまつな	キャベツ たまねぎ、エリンギ、コーン	サンドイッチパンズ 米粉、じゃがいも 米油	692 792	小学校卒業式 サンドイッチパンズ：小麦粉は50%愛知県産 ミートボールとやさいのスープ煮：こまつなは豊橋産	
21	木	麦ごはん 牛乳 にしんのしょうが煮 切干しだいこんの煮つけ かき玉汁 一口アセロラゼリー		牛乳 にしん ちくわ、油揚げ 豆腐、卵、とり肉	とりにんじん、さやいんげん にんじん、みつば	しょうが 切干しだいこん たまねぎ、えのきたけ アセロラ	麦ごはん 砂糖 でん粉 砂糖	641 806		

- 献立は都合により変更する場合があります。
- スプーンマーク はスプーンをつけます。
- 献立名の④は学校へ直送します。
- 小学校のエネルギー(kcal)は、中学年の量を表示しています。
- P(パック)…卓上調味料のことで、各学級1本です。
- 太文字は愛知県産の予定です。

※給食についてのご意見、ご質問は南部給食センター電話 45-4512 または保健給食課電話 51-2835 へお問合せください。

28品目のアレルギーを含む商品の情報は裏面に表示しています。28品目以外のアレルギーを含む食品の情報が必要な場合は、担当給食センターまたは保健給食課にてご確認ください。

※この面は、すべての食品が表示されているわけではありません。(加工品で配合割合が少ない食品は表示されていません。)

※この面は、すべての調味料が表示されているわけではありません。

※同じ献立名でも使用する食品が異なる場合があります。裏面をご確認ください。

★献立紹介★

「ピビンバ」

1人分材料

- 豚ひき肉…………… 30g
- 酒…………… 小さじ1/5
- しょうゆ…………… 小さじ1/2
- 砂糖…………… 小さじ1/2
- にんにく…………… 0.3g(みじん切り)
- にんじん…………… 15g(せん切り)
- 切干しだいこん…………… 25g(水でもどして、カットする)
- 干しいたけ…………… 1g(水でもどして、せん切り)
- 山菜ミックス水煮…………… 20g(水洗い)

ごはんがたくさん食べられる人気の献立です。切干しだいこんや干しいたけが入っていて、食物繊維がとれます。給食で使用する山菜ミックス水煮には、わらび、ぜんまい、たけのこ、えのきたけが入っています。



- チンゲンサイ…………… 10g(2cm)
- サラダ油…………… 小さじ1/4
- 中華だし…………… 小さじ1/6
- 砂糖…………… 小さじ1/8
- しょうゆ…………… 小さじ1/8
- みりん…………… 小さじ1/6
- コチュジャン…………… 小さじ1/10
- オイスターソース…………… 小さじ1/10

作り方

- ① aで豚ひき肉に下味をつけておく。
- ② サラダ油でにんにくをいためる。
- ③ ②に①を入れ、ほぐしながら、いためる。
- ④ 火がまんべんなくおとったら、にんじん、切干しだいこん、干しいたけ、山菜ミックスを入れて、いためる。
- ⑤ 事前に混ぜ合わせておいたbで調味し、チンゲンサイを加え、仕上げる。

3月の郷土料理「石狩汁」

3月の給食で提供される「石狩汁」とは、ぶつ切りにしたさけと野菜等を味噌汁に入れて煮込んだ北海道の郷土料理です。さけの漁が盛んな石狩川の河口にある石狩町から生まれたため、「石狩汁」と呼ばれています。給食では、一部家庭でも使われているバターを隠し味として使用します。



保健給食HP

3月に提供するピビンバ、かき玉汁、マーボー豆腐などの調理風景の動画を掲載中!ぜひご覧ください!



保健給食課公式 YouTube

令和6年3月分 28品目アレルギー表示

豊橋市南部学校給食センター

日 曜	配膳例	献立名	表示義務品目			表示推奨品目
			卵 	乳 	小麦 	アーモンド、いか、オレンジ、牛肉、ごま、さけ、さば 大豆、鶏肉、豚肉、もも、やまいも、りんご、ゼラチン
1 金		ごはん				
		とり肉のさっくりフライ				とり肉のさっくりフライ(鶏肉)
		コーンソテー				えだまめ(大豆)
		春やさいたっぷりスープ煮			しょうゆ	しょうゆ(大豆)
		ひなあられ				
4 月		ごはん				
		ごまだれ肉だんご(小2こ、中3こ)				ごまだれ肉だんご(大豆、鶏肉、豚肉、りんご、ごま)
		大豆のいそ煮			しょうゆ	大豆、油揚げ(大豆)、しょうゆ(大豆)
		ゆばのすまし汁			しょうゆ	鶏肉、ゆば(大豆)、しょうゆ(大豆)
		ココア糖				ココア糖(大豆)
5 火		ごはん				
		ほうれんそう入りオムレツ	ほうれんそう入りオムレツ			ほうれんそう入りオムレツ(鶏肉)
		ツナやさしいため 牛肉とトマトのすき焼き			ふ、しょうゆ	牛肉、焼豆腐(大豆)、えだまめ(大豆)、しょうゆ(大豆)
6 水		麦ごはん				
		とり井			しょうゆ	鶏肉、えだまめ(大豆)、しょうゆ(大豆)
		だんご汁			しょうゆ	油揚げ(大豆)、しょうゆ(大豆)
		はっさく				
7 木		ロールパン		ロールパン	ロールパン	ロールパン(大豆)
		ビーンズサラダ				ミックスビーンズ(大豆)
		P卵無マヨネーズ				P卵無マヨネーズ(大豆)
		米粉のホワイトシチュー 一口洋なしゼリー		チーズ、牛乳、生クリーム		鶏肉、洋だし(大豆、豚肉)
8 金		ごはん				
		ひじき入りぎょうざ(小2こ、中3こ)			ひじき入りぎょうざ	ひじき入りぎょうざ(鶏肉、豚肉、大豆、ごま)
		そえやさい				
		マーボー豆腐 小魚			しょうゆ	豚肉、豆腐(大豆)、とりレバー(鶏肉)、大豆、赤みそ(大豆)、しょうゆ(大豆) トウバンジャン(大豆)、ごま油(ごま)
11 月		麦ごはん				
		ビビンバ			しょうゆ、オイスターソース	豚肉、しょうゆ(大豆)、オイスターソース(大豆)、コチュジャン(大豆)
		キャベツ入りしゅうまい(小2こ、中3こ)			キャベツ入りしゅうまい	キャベツ入りしゅうまい(大豆、豚肉)
		はるさめスープ	うずら卵		しょうゆ	しょうゆ(大豆)、チキンブイヨン中華(鶏肉)、ごま油(ごま)
		コーヒー糖				
12 火		ごはん				
		子持ちししゃもフライ(小2こ、中3こ)			子持ちししゃもフライ	
		Pソース				
		ゆでやさい				
		豚汁 ごまひじきの佃煮			ごまひじきの佃煮	豚肉、豆腐(大豆)、油揚げ(大豆)、赤みそ(大豆) ごまひじきの佃煮(大豆、ごま)
13 水		ソフトめん			ソフトめん	
		きのことやさいのソテー				ロースハム(豚肉)、洋だし(大豆、豚肉)
		ミートソース			ハヤシルウ	豚肉、大豆、えだまめ(大豆)、ハヤシルウ(大豆、豚肉)
		きよみかん				
14 木		ごはん				
		やさいサラダ				えだまめ(大豆)
		Pコーンクリーミードレッシング				
		カレーライス いもけんび入り小魚			カレーウ、オイスターソース	豚肉、カレーウ(豚肉、りんご)、豆乳(大豆)、オイスターソース(大豆)
15 金		(小) 赤飯 (中) ごはん				
		米粉ほぎフライ				
		そえやさい				ロースハム(豚肉)
		沢煮わん			しょうゆ	豚肉、高野豆腐(大豆)、しょうゆ(大豆)
		(小) お祝いいちごケーキ [Ⓢ] (中) スティックチーズ		(中) スティックチーズ		(小) お祝いいちごケーキ(大豆)
18 月		ごはん				
		ハンバーグの和風あんかけ			ハンバーグ、しょうゆ	ハンバーグ(大豆、鶏肉、豚肉)、しょうゆ(大豆)
		ゆでやさい				
		石狩汁 味付乾燥豆腐		バター	味付乾燥豆腐	さけ、生揚げ(大豆)、白みそ(大豆)、赤みそ(大豆) 味付乾燥豆腐(大豆)
19 火		サンドイッチパンズ		サンドイッチパンズ	サンドイッチパンズ	サンドイッチパンズ(大豆)
		米粉コロッケバーガー(米粉コロッケ)				米粉コロッケ(牛肉、豚肉)
		ケチャップソース				ケチャップソース(大豆)
		米粉コロッケバーガー(ゆでやさい) ミートボールとやさいのスープ煮			しょうゆ	ミートボール(大豆、鶏肉、豚肉)、しょうゆ(大豆)、チキンブイヨン(鶏肉)
21 木		麦ごはん				
		にしんのしょうが煮			にしんのしょうが煮	にしんのしょうが煮(大豆)
		切干しだいこんの煮つけ			しょうゆ	油揚げ(大豆)、しょうゆ(大豆)
		かき玉汁 一口アセロラゼリー	卵		しょうゆ	鶏肉、豆腐(大豆)、しょうゆ(大豆)

必ずお読みください

【原材料として使用しない表示義務品目及び表示推奨品目】
※微量混入する場合があります(右記参照)

1 表示義務品目
8品目のうち、以下の6品目は学校給食で使用しません。
× えび、かに、くるみ、そば、落花生(ピーナッツ)、生卵※
※マヨネーズ等の調味料は、卵不使用の物を提供します。

2 表示推奨品目
20品目のうち、以下の6品目は学校給食で使用しません。
× あわび、いくら、カシューナッツ、キウイフルーツ、バナナ、まつたけ

以下の情報は、この面には記載されていません。給食センター又は保健給食課にてご確認ください

★28品目以外のアレルゲンを含む食品
★28品目の微量混入(コンタミネーション、調味料、香料)



【コンタミネーション】
食品を生産する際に、原材料として使用していないにも関わらず、工場内や自然界での食物連鎖などで微量混入するものがあります。例えば、「のり」などの海藻類、小魚類は採取方法や捕食等により「えび」「かに」が含まれるものがあります。

【調味料】
例えば、「えび」「かに」は学校給食の原材料として使用しませんが、魚醤など海から捕れた材料の品種を選別せずにそのまま原材料として用いた調味料などに含まれるものがあります。

令和6年4月分学校給食献立表

豊橋市南部学校給食センター

日	曜日	献立名	食品の種類と体内でのはたらき						エネルギー(kcal) 小学校 中学校	メモらん	
			赤主に体の組織をつくる食品群		緑主に体の調子を整える食品群		黄主にエネルギーになる食品群				
			1群 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 牛乳・乳製品 小魚・海そう	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖	6群 油脂 (種実)			
11	木	ごはん 牛乳 豚肉とやさいのオイスターソースいため とりだんごのスープ煮 あまなつみかん		豚肉 とりだんご、生揚げ	牛乳	にんじん、チンゲンサイ にんじん	キャベツ、もやし たまねぎ、たけのこ、しいたけ あまなつみかん	ごはん でん粉 はるさめ	米油 ごま、米油 ごま油	582 737	小学校(2~6年)、中学校 給食開始
12	金	ミルクロール 牛乳 ミートボールのトマトソースかけ (小2こ、中3こ) やさいソテー コーンクリームスープ		とり肉 ベーコン、白いんげん豆	牛乳 調理用牛乳 生クリーム	トマト にんじん にんじん、パセリ	たまねぎ キャベツ、エリンギ たまねぎ、コーン	ミルクロール	米油 米油	608 779	ミルクロール:小麦粉は50% 愛知県産
16	火	(小)ごはん (中)赤飯 牛乳 チキンカツ Pソース ゆでやさい 五目汁 (中)お祝いいちごゼリー		とり肉 豚肉、生揚げ	牛乳		キャベツ だいこん、ごぼう、しいたけ こんにゃく (中)いちご	(小)ごはん (中)赤飯 小麦粉	米油	602 809	小1給食開始 中学校の入学、進級祝い献立 五目汁:ごまつなは豊橋産
17	水	ごはん 牛乳 ハンバーグの和風あんかけ そえやさい あわせみそ汁		豚肉、とり肉 豆腐、油揚げ、赤みそ 白みそ	牛乳	にんじん にんじん、葉ねぎ	たまねぎ キャベツ だいこん、たまねぎ	ごはん 砂糖、でん粉	米油	588 765	
18	木	ソフトめん 牛乳 ハムとやさいのソテー ミートソース		ロースハム 豚肉、大豆	牛乳	ごまつな にんじん、トマト	キャベツ、コーン たまねぎ、マッシュルーム えだまめ	ソフトめん	米油 米油	637 764	ソフトめん:小麦粉は50% 愛知県産
19	金	(小)赤飯 (中)ごはん 牛乳 サーモンフライ Pソース ゆでやさい すまし汁 (小)お祝いいちごゼリー	(中)スティックチーズ	さけ	牛乳 (中)スティックチーズ	にんじん にんじん、みつば	キャベツ たまねぎ、えのきたけ たけのこ (小)いちご	(小)赤飯 (中)ごはん 小麦粉	米油	663 807	小学校の入学、進級祝い献立
22	月	ごはん 牛乳 ぎょうざ(小2こ、中3こ) そえやさい 中華いため煮		豚肉 豚肉、なると巻	牛乳		キャベツ もやし たまねぎ、たけのこ、キャベツ きくらげ	ごはん 小麦粉	米油 米油 でん粉 ごま油、米油	611 804	
23	火	ロールパン 牛乳 大豆サラダ P卵無マヨネーズ 米粉のホワイトシチュー		大豆 とり肉、白いんげん豆	牛乳 チーズ、調理用牛乳 生クリーム	にんじん	キャベツ、きゅうり、コーン たまねぎ	ロールパン	卵無マヨネーズ 米油	642 810	ロールパン:小麦粉は50% 愛知県産
24	水	麦ごはん 牛乳 すりみ入りコーンしゅうまい (小2こ、中3こ) そえやさい マーボー豆腐		たら 豚肉、豆腐、大豆 とりレバー、赤みそ	牛乳	にんじん 葉ねぎ	コーン、たまねぎ もやし にんにく、しょうが、たまねぎ たけのこ	麦ごはん 小麦粉	米油 米油 砂糖、でん粉 ごま油、米油	680 890	
25	木	ごはん 牛乳 いわしのしょうが煮 赤しそあえ 肉じゃが		いわし 豚肉、揚げはんぺん	牛乳	赤しそ にんじん、さやいんげん	しょうが キャベツ たまねぎ、こんにゃく	ごはん	米油 じゃがいも、砂糖 米油	622 791	
26	金	麦ごはん 牛乳 春キャベツのサラダ Pごまドレッシング カレーライス	小魚		牛乳、小魚	にんじん にんじん	キャベツ、きゅうり、コーン たまねぎ	麦ごはん	ごまドレッシング 米油	613 776	カレーライス:広報とよはし 4月号掲載献立
30	火	ごはん 牛乳 米粉ほきフライ そえやさい 豚汁	わかめふりかけ	ほき	牛乳 わかめふりかけ	ごまつな にんじん、葉ねぎ	キャベツ ごぼう、だいこん、ふなしめじ	ごはん 米粉	米油 米油	637 801	

- 献立は都合により変更する場合があります。
- スプーンマーク  はスプーンをつけます。
- 献立名の  は学校へ直送します。
- 小学校のエネルギー(kcal)は、中学年の量を表示しています。
- P(バック)…卓上調味料のことで、各学級1本です。
- **太文字**は愛知県産の予定です。

28品目のアレルギーを含む商品の情報は裏面に表示しています。28品目以外のアレルギーを含む食品の情報が
必要な場合は、担当給食センターか保健給食課にてご確認ください。

*この面は、すべての食品が表示されているわけではありません。(加工品で配合割合が少ない食品は表示されていません。)
*この面は、すべての調味料が表示されているわけではありません。
*同じ献立名でも使用する食品が異なる場合があります。裏面をご確認ください。

備蓄カレーについて

豊橋市の学校給食では、災害時等により給食センターが緊急停止した際には、給食で「備蓄カレー」を提供します。備蓄カレーの原材料は以下のとおりです。食物アレルギーをもつお子さんにつきましては、喫食の可否をご確認いただき、備蓄カレーの喫食ができない場合は、学校へご連絡をお願いいたします。

野菜(玉ねぎ、じゃがいも、にんじん)、パーム油、砂糖、デキストリン、カレーパウダー、トマトペースト、食塩、ガーリックペースト、ローストココナッツペースト、酵母エキス、かつおぶしエキス、香辛料/増粘剤(加工デンプン、キサンタンガム)、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素、乳化剤、酸化防止剤(ビタミンC)、香料、香辛料抽出物

*さらに詳しい配合割合等の情報が必要な場合は、お近くの給食センター又は保健給食課にてご確認ください。

給食はよくかんで食べよう!

よくかんで食べると、
いいことがたくさん!!

- ① 食べすぎを防ぐ
- ② むし歯予防になる
- ③ 消化吸収によい

ゆっくりよく
かんで味わって
食べようね!



毎月19日は
「食育の日〜おうちでごはんの日」です

給食調理の様子や農家さんへのインタビューなど、豊橋市の学校給食についての情報を発信しています。4月に提供されるマーボー豆腐とカレーライス、ミートソース、肉じゃがの調理動画を掲載中です!ぜひご覧ください!



保健給食課HP



保健給食課公式YouTube

給食についてのご意見、お問い合わせ先

* 南部給食センター

☎45-4512




* 保健給食課

☎51-2835



令和6年4月分 28品目アレルギー表示

豊橋市南部学校給食センター

日 曜	配膳例	献立名	表示義務品目			表示推奨品目
			卵 	乳 	小麦 	アーモンド、いか、オレンジ、牛肉、ごま、さけ、さば 大豆、鶏肉、豚肉、もも、やまいも、りんご、ゼラチン
11 木		ごはん				
		豚肉とやさいのオイスターソースいため			オイスターソース、しょうゆ	豚肉、オイスターソース(大豆)、しょうゆ(大豆)
		とりだんごのスープ煮			とりだんご、しょうゆ	とりだんご(大豆、鶏肉)、生揚げ(大豆)、しょうゆ(大豆)、ごま、ごま油(ごま)
		あまなつみかん				
12 金		ミルクロール		ミルクロール	ミルクロール	ミルクロール(大豆)
		ミートボールのトマトソースかけ (小2こ、中3こ)			ミートボール	ミートボール(大豆、鶏肉、豚肉、りんご)
		やさいソテー				
		コーンクリームスープ		牛乳、生クリーム		ベーコン(豚肉)、チキンブイヨン(鶏肉)
16 火		(小) ごはん (中) 赤飯				
		チキンカツ			チキンカツ	チキンカツ(鶏肉)
		Pソース				Pソース(大豆、りんご)
		ゆでやさい				
		五目汁			しょうゆ	豚肉、生揚げ(大豆)、しょうゆ(大豆)
(中) お祝いいちごゼリー [㊦]				(中) お祝いいちごゼリー(大豆)		
17 水		ごはん				
		ハンバーグの和風あんかけ			ハンバーグ、しょうゆ	ハンバーグ(大豆、鶏肉、豚肉)、しょうゆ(大豆)
		そえやさい				
		あわせみそ汁				豆腐(大豆)、油揚げ(大豆)、赤みそ(大豆)、白みそ(大豆)
18 木		ソフトめん			ソフトめん	
		ハムとやさいのソテー				ロースハム(豚肉)
		ミートソース			ハヤシルウ	豚肉、大豆、えだまめ(大豆)、ハヤシルウ(大豆、豚肉)
19 金		(小) 赤飯 (中) ごはん				
		サーモンフライ			サーモンフライ	サーモンフライ(さけ)
		Pソース				Pソース(大豆、りんご)
		ゆでやさい				
		すまし汁			しょうゆ	豆腐(大豆)、しょうゆ(大豆)
(小) お祝いいちごゼリー [㊦]				(小) お祝いいちごゼリー(大豆)		
(中) スティックチーズ		(中) スティックチーズ				
22 月		ごはん				
		ぎょうざ(小2こ、中3こ)			ぎょうざ	ぎょうざ(大豆、豚肉)
		そえやさい				
中華いため煮			しょうゆ、オイスターソース	豚肉、しょうゆ(大豆)、オイスターソース(大豆)、ごま油(ごま)		
23 火		ロールパン		ロールパン	ロールパン	ロールパン(大豆)
		大豆サラダ				大豆
		P卵無マヨネーズ				P卵無マヨネーズ(大豆)
		米粉のホワイトシチュー		牛乳、チーズ、生クリーム		鶏肉、洋だし(大豆、豚肉)
24 水		麦ごはん				
		すりみ入りコーンしゅうまい (小2こ、中3こ)			すりみ入りコーンしゅうまい	すりみ入りコーンしゅうまい(大豆、豚肉)
		そえやさい				
マーボー豆腐			しょうゆ	豆腐(大豆)、豚肉、大豆、とりレバー(鶏肉)、赤みそ(大豆)、トウバンジャン(大豆)、しょうゆ(大豆)、ごま油(ごま)		
25 木		ごはん				
		いわしのしょうが煮			いわしのしょうが煮	いわしのしょうが煮(大豆)
		赤しそあえ				
		肉じゃが			しょうゆ	豚肉、揚げはんぺん(大豆)、しょうゆ(大豆)
26 金		麦ごはん				
		春キャベツのサラダ				
		Pごまドレッシング				Pごまドレッシング(ごま)
		カレーライス			カレールウ、オイスターソース	豚肉、カレールウ(豚肉、りんご、大豆)、豆乳(大豆)、オイスターソース(大豆)
小魚						
30 火		ごはん				
		米粉ほきフライ				
		そえやさい				
		豚汁				豚肉、豆腐(大豆)、油揚げ(大豆)、赤みそ(大豆)
わかめふりかけ				わかめふりかけ(ごま)		

必ずお読みください

【原材料として使用しない表示義務品目及び表示推奨品目】
※微量混入する場合があります(右記参照)

1 表示義務品目
8品目のうち、以下の6品目は学校給食で使用しません。
× えび、かに、くるみ、そば、落花生(ピーナッツ)、生卵※
※マヨネーズ等の調味料は、卵不使用の物を提供します。

2 表示推奨品目
20品目のうち、以下の6品目は学校給食で使用しません。
× あわび、いくら、カシューナッツ、キウイフルーツ、バナナ、まつたけ

以下の情報は、この面には記載されていません。給食センター又は保健給食課にてご確認ください

★28品目以外のアレルギーを含む食品
★28品目の微量混入(コンタミネーション、調味料、香料)

【コンタミネーション】
食品を生産する際に、原材料として使用していないにも関わらず、工場内や自然界での食物連鎖などで微量混入するものがあります。例えば、「のり」などの海藻類、小魚類は採取方法や捕食等により「えび」「かに」が含まれるものがあります。

【調味料】
例えば、「えび」「かに」は学校給食の原材料として使用しませんが、魚醤など海から捕れた材料の品種を選別せずにそのまま原材料として用いた調味料などに含まれるものがあります。

令和6年5月分学校給食献立表

豊橋市南部学校給食センター

日曜日	配膳例	献立名	食品の種類と体内でのはたらき						エネルギー(kcal) 小学校 中学校	メモらん	
			赤主に体の組織をつくる食品群		緑主に体の調子を整える食品群		黄主にエネルギーになる食品群				
			1群 魚・肉・卵 豆・豆制品	2群 牛乳・乳製品 小魚・海そう	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖	6群 油脂 (種実)			
1	水	ごはん 肉だんごの甘酢あんかけ(小2こ、中3こ) もやしソテー 中華スープ煮 一口アセロラゼリー		豚肉、とり肉 とり肉、なると巻、豆腐		チンゲンサイ にんじん	もやし たまねぎ、コーン、しいたけ、しょうが アセロラ	ごはん はるさめ 砂糖	米油、ごま油 米油	588 766	
2	木	ごはん 生揚げのごまみそいため もずく汁 かしわもち		豚肉、生揚げ、赤みそ かまぼこ		にんじん にんじん、こまつな	たまねぎ、れんこん、しょうが 根深ねぎ、だいこん、えのきたけ	ごはん 砂糖、でん粉	ごま、米油、ごま油	609 760	かしわもち：5月5日は端午の節句
7	火	ごはん ひじき入りきょうざ(小2こ、中3こ) そえやさい 中華コンソープ	角チーズ	とり肉			キャベツ、たまねぎ もやし	ごはん 小麦粉	米油 米油	606 792	
8	水	ごはん スライスパン ミニトマト(小1こ、中2こ) ウインナーとやさいのソテー クリーム煮	大豆チョコスプレッド	ウインナー		ミニトマト パセリ	キャベツ、コーン	ごはん 小麦粉	大豆チョコスプレッド	663 794	スライスパン：小麦粉は50%愛知県産
9	木	ごはん 子持ちししゃもフライ(小2こ、中3こ) ゆでやさい じゃがいもの含め煮	Pソース	ししゃも とり肉、揚げはんぺん			キャベツ こんにゃく、たまねぎ、ふなしめじ、たけのこ	ごはん 小麦粉	米油	622 822	
10	金	ごはん ドライカレー オムレツ やさいのスープ煮	小魚	豚肉、大豆 卵 ロースハム		パプリカ、ピーマン	たまねぎ、しょうが、にんにく	ごはん 小麦粉	米油	654 832	
13	月	ごはん あじの青のりフライ そえやさい 豚汁		あじ 豚肉、豆腐、赤みそ			キャベツ ごぼう、たまねぎ	ごはん 小麦粉	米油 米油	653 822	
14	火	クロスロール ウインナーソーセージ(2こ) ポテトサラダ ポークビーンズ	P卵無マヨネーズ	ウインナー		にんじん にんじん、パセリ、トマト	きゅうり たまねぎ	クロスロール	卵無マヨネーズ 米油	751 854	クロスロール：小麦粉は50%愛知県産 ポークビーンズ：広報とよはし5月号掲載献立
15	水	ごはん ミンチカツ 茎わかめのきんぴら 白みそ汁	かつおふりかけ	かつおふりかけ 豚肉 揚げはんぺん 油揚げ、豆腐、白みそ			たまねぎ こんにゃく、れんこん たまねぎ、だいこん、ふなしめじ	ごはん 小麦粉 砂糖	米油 ごま、米油	666 840	
16	木	ごはん いわしのしょうが煮 そえやさい 肉だんごとやさいのうま煮		いわし 肉だんご、うずら卵、生揚げ			しょうが キャベツ、もやし れんこん、たまねぎ、しいたけ	ごはん	米油	639 813	
17	金	ごはん 青じそ春巻 そえやさい マーボー豆腐		とり肉 豚肉、大豆、とりレバー、豆腐、赤みそ		青じそ にんじん 葉ねぎ	もやし にんにく、しょうが、たまねぎ、たけのこ	ごはん 小麦粉	米油 米油 ごま油、米油	699 883	
20	月	ごはん ヒレカツ(小1こ、中2こ) ゆでやさい 若竹汁	Pソース	豚肉 かまぼこ、豆腐		にんじん みつば	キャベツ たけのこ、たまねぎ、えのきたけ	ごはん 小麦粉	米油	599 753	
21	火	ごはん しゅうまい(小2こ、中3こ) 中華あえ とり肉と生揚げの甘酢いため	P塩ドレッシング	豚肉 とり肉、生揚げ			たまねぎ 切干しいたけ、もやし、きゅうり、コーン たまねぎ、たけのこ、れんこん、ふなしめじ	ごはん 小麦粉	塩ドレッシング 米油	624 811	
22	水	ロールパン ハンバーグのワインソースかけ そえやさい コンソメスープ		豚肉、とり肉			たまねぎ キャベツ、コーン たまねぎ、えだまめ	ロールパン 砂糖、でん粉	米油 米油	635 795	ロールパン：小麦粉は50%愛知県産
23	木	ごはん さばのみそ煮 やさいいため かき玉汁	お抹茶大豆	お抹茶大豆 さば、赤みそ		にんじん	キャベツ、もやし たまねぎ	ごはん	米油	620 776	
24	金	ごはん 麦ごはん ピリ辛ひじき丼 やさいスープ	ひよこ豆フライ	とり肉、豆腐、卵 ひよこ豆フライ 豚肉、赤みそ ウインナー		わかめ にんじん、葉ねぎ	たまねぎ、えだまめ、しょうが キャベツ	でん粉 ごはん 砂糖	米油 米油	596 751	
27	月	ごはん ぶりのみりん焼き 青じそサラダ がんもどきとやさいの煮つけ	P和風ドレッシング	ぶり 豚肉、がんもどき		青じそ にんじん、さやいんげん	キャベツ、もやし、きゅうり こんにゃく、たけのこ、しいたけ	ごはん 砂糖	和風ドレッシング 米油	630 795	
28	火	ごはん 揚げどりのレモンソースかけ そえやさい 打ち豆汁		とり肉 打ち豆、生揚げ、白みそ			レモン キャベツ だいこん、ごぼう、たまねぎ	ごはん 砂糖	米油 米油	653 821	打ち豆汁：福井県の郷土料理
29	水	ごはん たけのこの土佐煮 いり豆腐 豆乳プリンタルト		ちくわ、油揚げ、かつお節 とり肉、豆腐、卵 豆乳		さやえんどう にんじん	こんにゃく、たけのこ たまねぎ、えだまめ	ごはん 砂糖 砂糖、米粉	米油 なたね油	697 848	
30	木	白玉うどん 白身魚のカリカリフライ ゆでやさい 五目うどん	Pソース	たら			キャベツ たまねぎ、しいたけ	白玉うどん じゃがいも	米油	610 756	白玉うどん：小麦粉は100%愛知県産
31	金	ごはん アスパラサラダ ほたて入りカレーライス ハスカップゼリー	Pコーン・ミートドレッシング	ほたてが、とり肉、豆乳		グリーンアスパラ にんじん	コーン、キャベツ たまねぎ ハスカップ	ごはん 砂糖	コーンクリームドレッシング 米油	626 768	

- 献立は都合により変更する場合があります。
- スプーンマークはスプーンをつけます。
- 献立名の①は学校へ直送します。
- 小学校のエネルギー(kcal)は、中学年の量を表示しています。
- P(バック)…卓上調味料のことで、各学年1本です。
- 太文字は愛知県産の予定です。

28品目のアレルゲンを含む商品の情報は裏面に表示しています。28品目以外のアレルゲンを含む食品の情報が必要な場合は、担当給食センターが保健給食課にてご確認ください。

※この面は、すべての食品が表示されているわけではありません。(加工品で配合割合が少ない食品は表示されていません。)
※この面は、すべての調味料が表示されているわけではありません。
※同じ献立名でも使用する食品が異なる場合があります。裏面をご確認ください。

とよはし産学校給食の日

5月に使用するミニトマト、青じそは豊橋産です。
豊橋市は全国でも有数のミニトマト、青じその産地です。

「ほたて入りカレー」には、無償提供された北海道産のほたてを使用しています。
ふりとした大きいほたてをよくかんで味わって食べましょう。

ハスカップってなに?

ハスカップゼリーに使用されるハスカップとは、主に北海道で栽培されるスイカズラ科の果物です。他の果物と比べ、鉄やカルシウムが多く含まれます。

スイカとは別の仲間だよ!

毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日」です




5月に提供されるマーボー豆腐とかき玉汁の調理動画を掲載中です!ぜひご覧ください!

保健給食課HP 保健給食課公式YouTube

給食についてのご意見、お問い合わせ先
* 南部給食センター ☎45-4512
* 保健給食課 ☎51-2835

令和6年5月分 28品目アレルギー表示

豊橋市南部学校給食センター

日 曜	配膳例	献立名	表示義務品目			表示推奨品目
			卵 	乳 	小麦 	アーモンド、いか、オレンジ、牛肉、ごま、さけ、さば 大豆、鶏肉、豚肉、もも、やまいも、りんご、ゼラチン
1 水		ごはん 肉だんごの甘酢あんかけ(小2こ、中3こ) もやしソテー 中華スープ煮 一口アセロラゼリー			肉だんごの甘酢あんかけ しょうゆ	肉だんごの甘酢あんかけ(大豆、鶏肉、豚肉) ごま油(ごま) 豆腐(大豆)、鶏肉、しょうゆ(大豆)、チキンピヨ中華(鶏肉)
2 木		ごはん 生揚げのごまみそいため もずく汁 かしわもち			しょうゆ しょうゆ	生揚げ(大豆)、豚肉、赤みそ(大豆)、トウバンジャン(大豆)、しょうゆ(大豆)、ごま、ごま油(ごま) しょうゆ(大豆)
7 火		ごはん ひじき入りぎょうざ(小2こ、中3こ) そえやさい 中華コーンスープ 角チーズ			ひじき入りぎょうざ しょうゆ	ひじき入りぎょうざ(大豆、鶏肉、豚肉、ごま) 豚肉、豆腐(大豆)、チキンピヨ中華(鶏肉)、しょうゆ(大豆)
8 水		スライスパン ミニトマト(小1こ、中2こ) ウインナーとやさいのソテー クリーム煮 大豆チョコスプレッド			スライスパン	スライスパン(大豆) ウインナー(豚肉) 鶏肉、洋だし(大豆、豚肉) 大豆チョコスプレッド(大豆)
9 木		ごはん 子持ちししゃもフライ(小2こ、中3こ) Pソース ゆでやさい じゃがいもの含め煮			子持ちししゃもフライ しょうゆ	Pソース(大豆、りんご) 鶏肉、揚げはんぺん(大豆)、しょうゆ(大豆)
10 金		麦ごはん ドライカレー オムレツ やさいのスープ煮 小魚	オムレツ		しょうゆ、カレールウ しょうゆ	豚肉、大豆、洋だし(大豆、豚肉)、しょうゆ(大豆)、カレールウ(豚肉、りんご、大豆) ロースハム(豚肉)、しょうゆ(大豆)、チキンピヨ中華(鶏肉)
13 月		ごはん あじの青のりフライ そえやさい 豚汁			あじの青のりフライ	あじの青のりフライ(大豆) 豚肉、豆腐(大豆)、赤みそ(大豆)
14 火		クロスロール ウインナーソーセージ(2こ) ポテトサラダ P卵無マヨネーズ ポークビーンズ		クロスロール	クロスロール	クロスロール(大豆) ウインナーソーセージ(豚肉) P卵無マヨネーズ(大豆) 豚肉、大豆、洋だし(大豆、豚肉)
15 水		ごはん ミンチカツ 茎わかめのきんぴら 白みそ汁 かつおふりかけ			ミンチカツ しょうゆ	ミンチカツ(大豆、豚肉) 揚げはんぺん(大豆)、しょうゆ(大豆)、ごま 豆腐(大豆)、油揚げ(大豆)、白みそ(大豆)
16 木		ごはん いわしのしょうが煮 そえやさい 肉だんごとやさいのうま煮	うずら卵		いわしのしょうが煮 しょうゆ	いわしのしょうが煮(大豆) 肉だんご(大豆、鶏肉、豚肉)、生揚げ(大豆)、しょうゆ(大豆)
17 金		麦ごはん 青じそ春巻 そえやさい マーボー豆腐			青じそ春巻 しょうゆ	青じそ春巻(大豆、鶏肉) 豆腐(大豆)、豚肉、大豆、とりレバー(鶏肉)、赤みそ(大豆)、トウバンジャン(大豆)、しょうゆ(大豆)、ごま油(ごま)
20 月		ごはん ヒレカツ(小1こ、中2こ) Pソース ゆでやさい 若竹汁			ヒレカツ しょうゆ	ヒレカツ(豚肉) Pソース(大豆、りんご) 豆腐(大豆)、しょうゆ(大豆)
21 火		ごはん しゅうまい(小2こ、中3こ) 中華あえ P塩ドレッシング とり肉と生揚げの甘酢いため			しゅうまい しょうゆ	しゅうまい(大豆、豚肉) 鶏肉、生揚げ(大豆)、しょうゆ(大豆)
22 水		ロールパン ハンバーグのワインソースかけ そえやさい コンソメスープ		ロールパン	ロールパン ハンバーグ しょうゆ	ロールパン(大豆) ハンバーグ(大豆、鶏肉、豚肉) 鶏肉、えだまめ(大豆)、チキンピヨ中華(鶏肉)、しょうゆ(大豆)
23 木		ごはん さばのみそ煮 やさしいため かき玉汁 お抹茶大豆	卵		しょうゆ	さばのみそ煮(さば、大豆) 鶏肉、豆腐(大豆)、しょうゆ(大豆) お抹茶大豆(大豆)
24 金		麦ごはん ピリ辛ひじき丼 やさいスープ ひよこ豆フライ			しょうゆ しょうゆ	豚肉、赤みそ(大豆)、えだまめ(大豆)、トウバンジャン(大豆)、しょうゆ(大豆) ウインナー(豚肉)、チキンピヨ中華(鶏肉)、しょうゆ(大豆)
27 月		ごはん ぶりのみりん焼き 青じそサラダ P和風ドレッシング がんもどきとやさいの煮つけ			ぶりのみりん焼き しょうゆ	ぶりのみりん焼き(大豆) がんもどき(大豆)、豚肉、しょうゆ(大豆)
28 火		ごはん 揚げどりのレモンソースかけ そえやさい 打ち豆汁			しょうゆ	鶏肉、しょうゆ(大豆) 打ち豆(大豆)、長いも(やまいも)、生揚げ(大豆)、白みそ(大豆)
29 水		ごはん たけのこの土佐煮 いり豆腐 豆乳プリンタルト	卵		しょうゆ しょうゆ	油揚げ(大豆)、しょうゆ(大豆) 豆腐(大豆)、鶏肉、えだまめ(大豆)、しょうゆ(大豆) 豆乳プリンタルト(大豆)
30 木		白玉うどん 白身魚のカリカリフライ Pソース ゆでやさい 五目うどん			白玉うどん しょうゆ	Pソース(大豆、りんご) 鶏肉、油揚げ(大豆)、しょうゆ(大豆)、ごま油(ごま)
31 金		麦ごはん アスパラサラダ Pコーンクリームドレッシング ほたて入りカレーライス ハスカップゼリー			カレールウ、オイスターソース	鶏肉、カレールウ(豚肉、りんご、大豆)、豆乳(大豆)、オイスターソース(大豆)

必ずお読みください

【原材料として使用しない表示義務品目及び表示推奨品目】
※微量混入する場合があります(右記参照)

1 表示義務品目
8品目のうち、以下の6品目は学校給食で使用しません。
× えび、かに、くるみ、そば、落花生(ピーナッツ)、生卵※
※マヨネーズ等の調味料は、卵不使用の物を提供します。

2 表示推奨品目
20品目のうち、以下の6品目は学校給食で使用しません。
× あわび、いくら、カシューナッツ、キウイフルーツ、バナナ、まつたけ

以下の情報は、この面には記載されていません。給食センター又は保健給食課にてご確認ください

★28品目以外のアレルギーを含む食品
★28品目の微量混入(コンタミネーション、調味料、香料)

【コンタミネーション】
食品を生産する際に、原材料として使用していないにも関わらず、工場内や自然界での食物連鎖などで微量混入するものがあります。例えば、「のり」などの海藻類、小魚類は採取方法や捕食等により「えび」「かに」が含まれるものがあります。

【調味料】
例えば、「えび」「かに」は学校給食の原材料として使用しませんが、魚醤など海から捕れた材料の品種を選別せずにそのまま原材料として用いた調味料などに含まれるものがあります。

令和6年6月分学校給食献立表

豊橋市南部学校給食センター

日	曜日	配膳例	献立名	食品の種類と体内でのほたらき						エネルギー(kcal) 小学校 中学校	メモらん
				赤主に体の組織をつくる食品群		緑主に体の調子を整える食品群		黄主にエネルギーになる食品群			
				1群 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 牛乳・乳製品 小魚・海そう	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖	6群 油脂 (種実)		
3月			ごはん 牛乳 いわしの梅煮 そえやさい 五目きんぴら	牛乳 いわし 豚肉、揚げはんぺん	牛乳		梅 もやし、キャベツ こんにゃく、ごぼう、たけのこ	ごはん 砂糖 米油 ごま、ごま油、米油	624 788	かみかみ献立：4日～10日は歯と口の健康週間	
4火			ごはん 牛乳 白はんぺんの米粉いそべ揚げ 大豆の煮物 豚汁	牛乳 白はんぺん 大豆、油揚げ 豚肉、豆腐、赤みそ	牛乳 青のり わかめ	にんじん 葉ねぎ	こんにゃく ごぼう、たまねぎ、えのきたけ	ごはん 米粉 砂糖 米油	624 788		
5水			ミルクロール 牛乳 ほうれんそう入りオムレツ アスパラのソテー ハヤシチュー	牛乳 卵 ロースハム 豚肉、豆乳	牛乳	ほうれんそう グリーンアスパラ にんじん	たまねぎ コーン、キャベツ たまねぎ	ミルクロール じゃがいも 米油 米油	622 779	ミルクロール：小麦は50%愛知県産	
6木			ごはん 牛乳 (小)小魚 青じそとトマトの豊橋豚キムチ 肉だんごのスープ煮 (中)メロン	牛乳、(小)小魚 豚肉 豆腐ミートボール	牛乳	トマト、にら、青じそ にんじん、葉ねぎ	にんにく、れんこん、白菜キムチ たまねぎ だいこん、たけのこ、しょうが、しいたけ (中)メロン	ごはん 砂糖 米油 ごま	591 770	青じそとトマトの豊橋豚キムチ：青じそは豊橋産	
7金			ごはん 牛乳 いかフライ ゆでやさい じゃがいものカレーいため	味付乾燥豆腐 Pソース 豚肉、生揚げ	牛乳 わかめ		キャベツ たまねぎ、にんにく	ごはん 小麦粉 米油 じゃがいも、砂糖 米油	688 859		
10月			ごはん 牛乳 春巻 そえやさい 豚肉とたっぷりやさいのスープ	牛乳 豚肉 豚肉、生揚げ	牛乳	にんじん にんじん、チンゲンサイ	キャベツ、もやし もやし たまねぎ、キャベツ、しょうが、ふなしめじ	ごはん 小麦粉 米油 米油 米油、ごま油	608 769		
11火			麦ごはん 牛乳 (中)小魚 ツナそぼろ丼 あわせみそ汁 (小)メロン	牛乳、(中)小魚 まぐろ 豆腐、とり肉、赤みそ、白みそ	牛乳 わかめ	にんじん にんじん、葉ねぎ	コーン、しょうが たまねぎ、だいこん、えのきたけ (小)メロン	麦ごはん 砂糖 じゃがいも	626 788		
12水			ごはん 牛乳 とりのてり焼き そえやさい 五目煮	ごまひじきの佃煮 とり肉 豚肉、大豆、揚げはんぺん	牛乳、ごまひじきの佃煮		キャベツ こんにゃく、たけのこ、ごぼう、しいたけ	ごはん 砂糖 米油 米油	648 811		
13木			米粉パン(小麦入り) 牛乳 愛知のやさいコロケ そえやさい 豊橋やさいたっぷりラタトゥイユ 一口蒲郡みかんゼリー	牛乳 豚肉	牛乳	にんじん にんじん、トマト、かぼちゃ、青じそ	米粉パン(小麦入り) じゃがいも、米粉 砂糖 砂糖 みかん	米油 米油 米油	669 831	愛知を食べる学校給食の日 米粉パン(小麦入り)：小麦粉と米粉の一部は愛知県産 豊橋やさいたっぷりラタトゥイユ：青じそは豊橋産	
14金			麦ごはん 牛乳 さばの銀紙焼き ミニトマト(小1こ、中2こ) 親子煮	牛乳 さば、赤みそ、白みそ とり肉、卵、高野豆腐	牛乳	ミニトマト にんじん、みつば	たまねぎ、たけのこ、しいたけ	麦ごはん 砂糖 じゃがいも、砂糖	623 791	ミニトマト：豊橋産	
17月			ごはん 牛乳 米粉ほきフライ ゆでやさい とりだんご汁	Pソース ほき とりだんご、豆腐	牛乳		キャベツ たまねぎ、だいこん、えのきたけ	ごはん 米粉 米油	620 779		
18火			麦ごはん 牛乳 しそしゅうまい(小2こ、中3こ) そえやさい 夏!!マーボー お茶プリン	牛乳 とり肉 豚肉、とりレバー、大豆 豆腐、赤みそ 豆乳	牛乳	青じそ にんじん トマト、葉ねぎ 緑茶	たまねぎ もやし にんにく、しょうが、たまねぎ、なす	麦ごはん 小麦粉 ラード 米油 ごま油、米油 砂糖	698 898	愛知を食べる学校給食の日 お茶プリン：緑茶は豊橋産	
19水			ごはん 牛乳 にしんの塩焼き そえやさい じゃがいものそぼろ煮	牛乳 にしん 豚肉、揚げはんぺん	牛乳	にんじん にんじん、さやいんげん	キャベツ たまねぎ、こんにゃく、たけのこ	ごはん 米油 米油	617 791		
20木			中華めん 牛乳 じゃがいもとウィンナーのソテー ジャージャーめん ブルーベリータルト	牛乳 ウィンナー 豚肉、とりレバー、大豆、赤みそ 豆乳	牛乳	にんじん、パプリカ、葉ねぎ	コーン、エリンギ たまねぎ、たけのこ、しょうが ブルーベリー	中華めん じゃがいも 砂糖、でん粉 砂糖、米粉	米油 ごま油、米油	713 832	中華めん：小麦粉は100%愛知県産
21金			ごはん 牛乳 チキンカツ ゆでやさい かんぴょうの卵とじ汁	Pソース とり肉 豆腐、卵	牛乳 わかめ	にんじん にんじん、葉ねぎ	キャベツ 干びょう、だいこん	ごはん 小麦粉 米油	613 766	かんぴょうの卵とじ汁：栃木県の郷土料理	
24月			ごはん 牛乳 ハンバーグの和風あんかけ やさしいため 白みそ汁	牛乳 豚肉、とり肉 ロースハム 生揚げ、白みそ	牛乳	にんじん、葉ねぎ	たまねぎ キャベツ、コーン ごぼう、だいこん	ごはん 砂糖、でん粉 米油	630 792		
25火			サンドイッチパンズ 牛乳 ハムカツサンド(チキンハムカツ) ハムカツサンド(ゆでやさい) ほたてのクリームスープ	牛乳 ケチャップソース とり肉 白いんげん豆、ほたてがし	牛乳 調理用牛乳、生クリーム	にんじん、パセリ	キャベツ たまねぎ、コーン	サンドイッチパンズ 米油 米油	726 836	サンドイッチパンズ：小麦は50%愛知県産	
26水			ごはん 牛乳 すりみ入りしのだの含め煮 やさしい炊き合わせ 冷凍みかん	わかめふりかけ 豆腐、油揚げ、たら とり肉、生揚げ	牛乳、わかめふりかけ	にんじん、さやいんげん	こんにゃく、たまねぎ、れんこん しいたけ みかん	ごはん 砂糖 じゃがいも、砂糖	665 827		
27木			麦ごはん 牛乳 コーンサラダ ごろっとSUN・SUN豊橋カレー 一口ももゼリー	牛乳 豚肉、うずら卵	牛乳	にんじん、かぼちゃ	キャベツ、きゅうり、コーン、えだまめ たまねぎ、なす もも	麦ごはん はちみつ 砂糖 コーンクリームソープ 米油	680 850	ごろっとSUN・SUN豊橋カレー：アイデア料理コンテスト入賞献立 広報とよはし6月号掲載献立	
28金			ごはん 牛乳 ぎょうざ(小2こ、中3こ) そえやさい 八宝菜	牛乳 豚肉 豚肉、いか	牛乳	にんじん、さやえんどう	キャベツ もやし しょうが、たまねぎ、キャベツ たけのこ、きくらげ	ごはん 小麦粉 米油 米油 ごま油、米油	597 785		

- 献立は都合により変更する場合があります。
- スプーンマーク はスプーンをつけます。
- 献立名の⑤は学校へ直送します。
- 小学校のエネルギー(kcal)は、中学年の量を表示しています。
- P(パック)…卓上調味料のことで、各学級1本です。
- 太文字は愛知県産の予定です。

28品目のアレルギーを含む商品の情報は裏面に表示しています。28品目以外のアレルギーを含む食品の情報が必要な場合は、担当給食センターか保健給食課にてご確認ください。

※この面は、すべての食品が表示されているわけではありません。(加工品で配合割合が少ない食品は表示されていません。)
※この面は、すべての調味料が表示されているわけではありません。
※同じ献立名でも使用する食品が異なる場合があります。裏面をご確認ください。

毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日」です

6月は食育月間です
愛知を食べる学校給食の日には、愛知県の食材をたくさん使用しています。「しそしゅうまい」には愛知県産の青じそを、「愛知のやさいコロケ」には愛知県産のれんこん、にんじん、切干しいたけ、ごぼうを使用しています。

親子フード・カルチャー・インサマー開催！
普段入ることができない給食センターの見学や、作ったメニューを食べることができるイベントです。開催日程、会場、申し込み方法等詳細はホームページをご覧ください。


とよはし産学校給食の日
6月に使用するトマト、なすは豊橋産です。
豊橋市は全国でも有数のトマト、なすの産地です。
「ほたてのクリームスープ」には、無償提供された北海道産のほたてを使用しています。ふりっとした大きいほたてをよくかんで味わって食べましょう。

PickUP
6月に提供する「ごろっとSUN・SUN豊橋カレー」は、令和5年度学校給食アイデア料理コンテストにて、飯村小4年生(当時)塚田愛良里さんが教育委員会賞を受賞した献立です。はちみつを使用した甘みのあるカレーです。

給食についてのご意見、お問い合わせ先
* 南部給食センター * 保健給食課
☎45-4512 ☎51-2835
保健給食課HP 保健給食課公式YouTube

令和6年6月分 28品目アレルギー表示

豊橋市南部学校給食センター

日 曜	配膳例	献立名	表示義務品目			表示推奨品目
			卵 	乳 	小麦 	アーモンド、いか、オレンジ、牛肉、ごま、さけ、さば 大豆、鶏肉、豚肉、もも、やまいも、りんご、ゼラチン
3月		ごはん いわしの梅煮 そえやさい 五目きんぴら			いわしの梅煮 しょうゆ	いわしの梅煮(大豆) 豚肉、ごま、ごま油(ごま)、しょうゆ(大豆)
4火		ごはん 白はんべんの米粉いそへ揚げ 大豆の煮物 豚汁			しょうゆ	大豆、油揚げ(大豆)、しょうゆ(大豆) 豚肉、豆腐(大豆)、赤みそ(大豆)
5水		ミルクロール ほうれんそう入りオムレツ アスパラのソテー ハヤシシチュー	ほうれんそう入りオムレツ	ミルクロール	ミルクロール ハヤシルウ、ドミグラスソース	ミルクロール(大豆) ほうれんそう入りオムレツ(鶏肉) ローズハム(豚肉) 豚肉、豆乳(大豆)、洋だし(大豆、豚肉)、ハヤシルウ(大豆、豚肉)、ドミグラスソース(鶏肉)、トマトソース(大豆)
6木		ごはん 青じそとトマトの豊橋豚キムチ 肉だんごのスープ煮 (小) 小魚 (中) メロン			白菜キムチ、しょうゆ 豆腐ミートボール、しょうゆ	豚肉、白菜キムチ(大豆、りんご)、しょうゆ(大豆) 豆腐ミートボール(大豆、鶏肉、豚肉)、ごま、しょうゆ(大豆)
7金		ごはん いかフライ Pソース ゆでやさい じゃがいものカレーいため 味付乾燥豆腐			いかフライ しょうゆ 味付乾燥豆腐	いかフライ(いか、大豆) Pソース(大豆、りんご) 豚肉、生揚げ(大豆)、しょうゆ(大豆) 味付乾燥豆腐(大豆)
10月		ごはん 春巻 そえやさい 豚肉とたっぷりやさいのスープ			春巻 しょうゆ、とりがらスープ	春巻(大豆、豚肉、ごま) 豚肉、生揚げ(大豆)、しょうゆ(大豆)、とりがらスープ(鶏肉)、ごま油(ごま)
11火		麦ごはん ツナそぼろ丼 あわせみそ汁 (小) メロン (中) 小魚			しょうゆ	しょうゆ(大豆) 鶏肉、豆腐(大豆)、赤みそ(大豆)、白みそ(大豆)
12水		ごはん とりのてり焼き そえやさい 五目煮 ごまひじきの佃煮			しょうゆ ごまひじきの佃煮	とりのてり焼き(鶏肉、大豆) 豚肉、大豆、しょうゆ(大豆) ごまひじきの佃煮(大豆、ごま)
13木		米粉パン(小麦入り) 愛知のやさいコロケ そえやさい 豊橋やさいたっぷりラタトゥイユ 一口蒲郡みかんゼリー	米粉パン	米粉パン		米粉パン(大豆) 豚肉、洋だし(大豆、豚肉)
14金		麦ごはん さばの銀紙焼き ミニトマト(小1こ、中2こ) 親子煮	卵		しょうゆ、白しょうゆ	さばの銀紙焼き(さば、大豆) 鶏肉、高野豆腐(大豆)、しょうゆ(大豆)、白しょうゆ(大豆)
17月		ごはん 米粉ほきフライ Pソース ゆでやさい とりだんご汁			しょうゆ	Pソース(大豆、りんご) とりだんご(鶏肉)、豆腐(大豆)、しょうゆ(大豆)
18火		麦ごはん しそしゅうまい(小2こ、中3こ) そえやさい 夏!!マーボー お茶プリン			しそしゅうまい しょうゆ、テンメンジャン	しそしゅうまい(大豆、鶏肉、豚肉、ごま) 豆腐(大豆)、豚肉、大豆、とりレバー(鶏肉)、赤みそ(大豆)、しょうゆ(大豆)、トウバンジャン(大豆) テンメンジャン(大豆、ごま、ごま油(ごま)) お茶プリン(大豆)
19水		ごはん にしんの塩焼き そえやさい じゃがいものそぼろ煮			しょうゆ	豚肉、しょうゆ(大豆)
20木		中華めん じゃがいもとウィンナーのソテー ジャージャーめん ブルーベリータルト			中華めん しょうゆ、テンメンジャン	ウィンナー(豚肉) 豚肉、大豆、とりレバー(鶏肉)、赤みそ(大豆)、しょうゆ(大豆)、トウバンジャン(大豆) テンメンジャン(大豆、ごま、ごま油(ごま)) ブルーベリータルト(大豆)
21金		ごはん チキンカツ Pソース ゆでやさい かんぴょうの卵とじ汁	卵		チキンカツ しょうゆ	チキンカツ(大豆、鶏肉) Pソース(大豆、りんご) 豆腐(大豆)、しょうゆ(大豆)
24月		ごはん ハンバーグの和風あんかけ やさしいため 白みそ汁			ハンバーグ、しょうゆ	ハンバーグ(大豆、鶏肉、豚肉)、しょうゆ(大豆) ローズハム(豚肉) 生揚げ(大豆)、白みそ(大豆)
25火		サンドイッチパンズ ハムカツサンド(チキンハムカツ) ケチャップソース ハムカツサンド(ゆでやさい) ほたてのクリームスープ		サンドイッチパンズ	サンドイッチパンズ 牛乳、生クリーム	サンドイッチパンズ(大豆) チキンハムカツ(鶏肉、大豆) ケチャップソース(大豆) チキンピジョン(鶏肉)
26水		ごはん すりみ入りしのだの含め煮 やさしい炊き合わせ わかめふりかけ 冷凍みかん			しょうゆ しょうゆ	すりみ入りしのだ(大豆)、しょうゆ(大豆) 鶏肉、生揚げ(大豆)、しょうゆ(大豆) わかめふりかけ(ごま)
27木		麦ごはん コーンサラダ Pコーンクリーミードレッシング ごろっとSUN* SUN豊橋カレー 一口ももゼリー	うずら卵		カレーウ	えだまめ(大豆) 豚肉、カレーウ(豚肉、りんご、大豆) 一口ももゼリー(もも)
28金		ごはん ぎょうざ(小2こ、中3こ) そえやさい 八宝菜			ぎょうざ しょうゆ、オイスターソース	ぎょうざ(豚肉、大豆、ごま) 豚肉、いか、しょうゆ(大豆)、オイスターソース(大豆)、ごま油(ごま)

必ずお読みください

【原材料として使用しない表示義務品目及び表示推奨品目】
※微量混入する場合があります(右記参照)

1 表示義務品目
8品目のうち、以下の6品目は学校給食で使用しません。
× えび、かに、くるみ、そば、落花生(ピーナッツ)、生卵※
※マヨネーズ等の調味料は、卵不使用の物を提供します。

2 表示推奨品目
20品目のうち、以下の6品目は学校給食で使用しません。
× あわび、いくら、カシューナッツ、キウイフルーツ、バナナ、まつたけ

以下の情報は、この面には記載されていません。給食センター又は保健給食課にてご確認ください

★28品目以外のアレルギーを含む食品
★28品目の微量混入(コンタミネーション、調味料、香料)

【コンタミネーション】
食品を生産する際に、原材料として使用していないにも関わらず、工場内や自然界での食物連鎖などで微量混入するものがあります。例えば、「のり」などの海藻類、小魚類は採取方法や捕食等により「えび」「かに」が含まれるものがあります。

【調味料】
例えば、「えび」「かに」は学校給食の原材料として使用しませんが、魚醤など海から捕れた材料の品種を選別せずにそのまま原材料として用いた調味料などに含まれるものがあります。