

令和7年5月分学校給食献立表

豊橋市曙学校給食センター

日曜日	曜日	配膳例	食品の種類と体内でのほたらき							エネルギー (kcal) 小学 中学・ 高等	メモらん	
			献立名	①主に体の組織をつくる食品群		②主に体の調子を整える食品群		③主にエネルギーになる食品群				
				1群	2群	3群	4群	5群	6群			
				魚・肉・卵 大豆・大豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜 果物	米・パン・めん いも・砂糖	油脂 (種実)			
1	木	皿	ミルクロール 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	牛乳 P卵無マヨネーズ	ウインナーソーセージ	牛乳			ミルクロール		657 804	ミルクロール：小麦粉は50% 愛知県産
2	金		ごはん 生揚げのごまみそいため もずく汁 かしわもち	牛乳	豚肉、生揚げ、赤みそ かまぼこ	にんじん にんじん	きゅうり たまねぎ	ごはん 砂糖、でん粉	ごま、米油、ごま油		608 758	かしわもち：5月5日は端午 の節句
7	水		ごはん ごまみそカツ ゆでやさい 若竹汁	牛乳 Pごまみそだれ	豚肉、ごまみそだれ		キャベツ たけのこ、たまねぎ、えのきたけ	ごはん 小麦粉	なたね油		560 712	
8	木		麦ごはん アスパラサラダ さば入り豆乳米粉カレーライス	牛乳 角チーズ ノンクリームドレッシング	牛乳、角チーズ	グリーンアスパラ にんじん	コーン、キャベツ たまねぎ、しょうが	麦ごはん	ノンクリームドレッシング 米油		603 752	
9	金	皿	ロールパン スコッチエッグ そえやさい コンソメスープ	牛乳 (中高)小魚	卵、豚肉、とり肉		コーン、キャベツ たまねぎ、えだまめ	ロールパン 砂糖、でん粉	米油 米油		612 773	ロールパン：小麦粉は50%愛 知県産
12	月		ごはん いわしの梅煮 そえやさい 実だくさんのみそ汁	牛乳 味付けのり	いわし	にんじん にんじん、葉ねぎ	梅 キャベツ、もやし ごぼう、たまねぎ	ごはん	米油		585 748	
13	火		ごはん しゅうまい(小2こ、中高3こ) そえやさい とり肉と生揚げの甘酢いため	牛乳	豚肉	にんじん にんじん、チンゲンサイ	たまねぎ キャベツ、もやし たまねぎ、れんこん、たけのこ、ぶなしめじ	ごはん 小麦粉	米油 米油、ごま油		595 776	
14	水		ごはん めひかりフライ(小2こ、中高3こ) いためなます じゃがいもの含め煮	牛乳	めひかり 油揚げ とり肉、揚げはんぺん	にんじん にんじん、さやいんげん	切干しだいこん こんにゃく、たまねぎ、ぶなしめじ、たけのこ	ごはん 小麦粉 砂糖	なたね油 ごま、ごま油、米油		607 796	
15	木		麦ごはん ピリ辛ひじき丼 はるさめスープ 一口洋なしゼリー	牛乳	豚肉、赤みそ ハム、うずら卵	赤ピーマン にんじん、こまつな	たまねぎ、えだまめ、しょうが キャベツ 洋なし	麦ごはん 砂糖 じゃがいも、はるさめ 砂糖	米油 米油		599 759	
16	金		ごはん れんこん入りコロケ そえやさい がんもどきとやさいの煮つけ	牛乳		にんじん にんじん、さやいんげん	れんこん キャベツ こんにゃく、たまねぎ、たけのこ、しいたけ	ごはん じゃがいも、小麦粉	なたね油 米油 米油		664 835	
19	月		ごはん ミンチカツ 茎わかめのきんぴら 白みそ汁	牛乳	豚肉 揚げはんぺん 油揚げ、豆腐、白みそ	にんじん こまつな	たまねぎ こんにゃく、れんこん ごぼう、たまねぎ、だいこん、ぶなしめじ	ごはん 小麦粉 砂糖 じゃがいも	なたね油 米油		659 831	
20	火		麦ごはん 青じそサラダ マーボー豆腐	牛乳 パンパシードレッシング	牛乳	青じそ 葉ねぎ	キャベツ、もやし、きゅうり にんにく、しょうが、たまねぎ、たけのこ	麦ごはん 砂糖、でん粉	パンパシードレッシング ごま油、米油		603 746	
21	水	皿	白玉うどん ぶりの竜田揚げ やさしいため 五目うどん	牛乳	ぶり ベーコン 油揚げ、とり肉、かまぼこ	にんじん、こまつな	キャベツ、えだまめ たまねぎ、しいたけ	白玉うどん	なたね油 米油 ごま油		647 771	白玉うどん：小麦粉は100% 愛知県産
22	木		麦ごはん 米粉ドライカレー オムレツ やさいのスープ煮	牛乳	豚肉、大豆 卵 ウインナー	ピーマン にんじん、パセリ	たまねぎ、しょうが、にんにく キャベツ、コーン	麦ごはん	米油 米油		658 832	
23	金		ごはん ひじき入り揚げきょうざ(小2こ、中高3こ) もやしいため 中華コーンスープ	牛乳 やさいふりかけ	とり肉	やさいふりかけ	キャベツ、たまねぎ もやし たまねぎ、コーン、エリンギ	ごはん 小麦粉	なたね油 米油		580 765	
26	月		ごはん あじの青のりフライ ひじきのいため煮 ぶのすまし汁	牛乳	あじ 油揚げ、揚げはんぺん とり肉、豆腐	にんじん、さやいんげん にんじん、みつば	こんにゃく たまねぎ、だいこん、えのきたけ	ごはん 小麦粉 砂糖	なたね油 米油		652 821	
27	火	皿	スライスパン ミニトマト(小1こ、中高2こ) ウインナーとやさいのソテー クリーム煮	牛乳 大豆チョコスプレッド	牛乳	ミニトマト パセリ	スライスパン	大豆チョコスプレッド			667 796	スライスパン：小麦粉は50% 愛知県産
28	水		ごはん 揚げどりのレモンソースかけ 塩こんぶあえ 打ち豆汁	牛乳	とり肉		レモン キャベツ、きゅうり だいこん、ごぼう、たまねぎ	ごはん 砂糖	なたね油 ごま、ごま油		614 776	打ち豆汁：福井県の郷土料理
29	木		ごはん ごまだれ肉だんご(小2こ、中高3こ) たけのこの土佐煮 いり豆腐	牛乳	とり肉 ちくわ、油揚げ、かつお節 とり肉、豆腐、卵	さやえんどう にんじん	たまねぎ こんにゃく、たけのこ たまねぎ、えだまめ	ごはん	ごま 砂糖 砂糖		641 837	
30	金		ごはん さばのみそ煮 そえやさい 肉だんごとやさいのうま煮	牛乳	さば、赤みそ		キャベツ、もやし れんこん、たまねぎ、しいたけ	ごはん	米油 米油		619 789	

- 献立は都合により変更する場合もあります。
- スプーンマーク  はスプーンをつけます。
- 小学部のエネルギー(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。

今月の新献立！



「さば入り豆乳米粉カレーライス」

5月に提供する「さば入り豆乳米粉カレー
ライス」は、新しい献立です。
さばは脳の働きに関わるDHAや、骨を作る
のを助けるはたらきをするビタミンDなどが
豊富に含まれています。

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。



この献立なあに？

「スコッチエッグ」

スコッチエッグとは、ゆで卵を
ひき肉で包んで揚げた、
イギリスで
食べられる
料理です。



毎月19日は

『食育の日～おうちでごはんの日』です



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

* 曙給食センター

☎21-6071

* 保健給食課

☎51-2835

