


令和7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ほたらき						エネルギー(kcal) 小学校 中学校	メモらん
				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 魚・肉・卵 大豆・大豆製品	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 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	牛乳 もずく	にんじん、ごまつな にんじん	れんこん、根深ねぎ、しょうが たまねぎ、だいこん、えのきたけ	ごはん 砂糖、でん粉 ごま、米油、ごま油	608 758	かしわもち：5月5日は端午の節句	
2	金		ごはん 牛乳 揚げどりのレモンソースかけ 塩こんぶあえ 打ち豆汁	とり肉 打ち豆、生揚げ、白みそ	牛乳 こんぶ	にんじん、葉ねぎ	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	
7	水		ごはん 牛乳 ごまみそカツ ゆでやさい 若竹汁	Pごまみそだれ 豚肉、ごまみそだれ かまぼこ、豆腐	牛乳	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 なたね油	560 712		
8	木		ロールパン 牛乳 スコッチエッグ そえやさい コンソメスープ	(中) 小魚 卵、豚肉、とり肉 とり肉	牛乳、(中) 小魚		ロールパン 砂糖、でん粉 コーン、キャベツ たまねぎ、えだまめ	612 773	ロールパン：小麦粉は50%愛知県産		
9	金		麦ごはん 牛乳 アスパラサラダ さば入り豆乳米粉カレーライス	角チーズ Pパンパサードレッシング さば、豆乳	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 じゃがいも コーンクリームソース 米油	603 752		
12	月		ごはん 牛乳 れんこん入りコロッケ そえやさい がんもどきとやさいの煮つけ	豚肉、がんもどき	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		
13	火		ごはん 牛乳 いわしの梅煮 そえやさい 実だくさんのみそ汁	味付けのり いわし とり肉、生揚げ、赤みそ	牛乳、味付けのり	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		
14	水		スライスパン 牛乳 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 とり肉	牛乳 ミニトマト パセリ	にんじん、グリーンアスパラ	キャベツ、コーン たまねぎ	スライスパン 大豆チョコスプレッド 米油 バター、米油	667 796	スライスパン：小麦粉は50%愛知県産	
15	木		ごはん 牛乳 めひかりフライ(小2こ、中3こ) いためなます じゃがいもの含め煮	めひかり 油揚げ とり肉、揚げはんぺん	牛乳	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、ふなしめじ、たけのこ	ごはん 小麦粉 砂糖 じゃがいも、砂糖	607 796		
16	金		麦ごはん 牛乳 ピリ辛ひじき丼 はるさめスープ 一口洋なしゼリー	豚肉、赤みそ ハム、うずら卵	牛乳 ひじき	赤ピーマン にんじん、ごまつな	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	599 759		
19	月		ごはん 牛乳 ひじき入り揚げごぼう(小2こ、中3こ) もやしいため 中華コーンスープ	とり肉 豚肉、豆腐	牛乳 ひじき	やさいふりかけ にんじん、葉ねぎ	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		
20	火		ごはん 牛乳 さばのみそ煮 そえやさい 肉だんごとやさいのうま煮	さば、赤みそ 肉だんご、生揚げ	牛乳	にんじん、さやえんどう	キャベツ、もやし れんこん、たまねぎ、しいたけ	ごはん じゃがいも、砂糖 米油	619 789		
21	水		麦ごはん 牛乳 米粉ドライカレー オムレツ やさいのスープ煮	豚肉、大豆 卵 ウインナー	牛乳	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		
22	木		白玉うどん 牛乳 ぶりの竜田揚げ やさしいため 五目うどん	ぶり ベーコン 油揚げ、とり肉、かまぼこ	牛乳	にんじん、ごまつな	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	
23	金		ごはん 牛乳 しゅうまい (小2こ、中3こ) そえやさい とり肉と生揚げの甘酢いため	豚肉 とり肉、生揚げ	牛乳	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、ふなしめじ	ごはん 小麦粉 砂糖、でん粉 米油、ごま油	595 776		
26	月		ごはん 牛乳 ミンチカツ 茎わかめのきんぴら 白みそ汁	豚肉 揚げはんぺん 油揚げ、豆腐、白みそ	牛乳 茎わかめ	にんじん ごまつな	たまねぎ こんにゃく、れんこん ごぼう、たまねぎ、だいこん、ふなしめじ	ごはん 小麦粉 砂糖 じゃがいも	659 831		
27	火		麦ごはん 牛乳 青じそサラダ マーボー豆腐	Pパンパサードレッシング 豚肉、大豆、とり肉、豆腐、赤みそ	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 ごま油、米油	602 760		
28	水		ごはん 牛乳 あじの青のりフライ ひじきのいため煮 ふのすまし汁	あじ 油揚げ、揚げはんぺん とり肉、豆腐	牛乳 青のり ひじき	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 米油	652 821		
29	木		ミルクロール 牛乳 ウインナーソーセージ(2こ) ポテトサラダ ボーグピーンズ	P卵無マヨネーズ ウインナーソーセージ 豚肉、大豆	牛乳	にんじん にんじん、パセリ、トマト	きゅうり たまねぎ	ミルクロール じゃがいも 卵無マヨネーズ 米油	657 804	ミルクロール：小麦粉は50%愛知県産	
30	金		ごはん 牛乳 ごまだれ肉だんご(小2こ、中3こ) たけのこの土佐煮 いり豆腐	とり肉 ちくわ、油揚げ、かつお節 とり肉、豆腐、卵	牛乳	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 米油	653 851		

- 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。
- 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。

5月に提供するマーボー豆腐と茎わかめのきんぴら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




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。



この献立にあに？
「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

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。

