

# 令和5年5月分 予定献立表



## 形態食

刈谷市学校給食センター

日／曜	献立名 主 食 牛乳 主 菜 副 菜 其 他 の 順	赤 主 に 体 の 組 織 を つ く る 食 品		緑 主 に 体 の 調 子 を 整 え る 食 品		黄 主 に エ ネ ル ギ ー に な る 食 品	
		たんぱく質	無機質	ビタミン		炭水化物	脂質
		魚・肉・卵 豆・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・きのこ	米・パン・めん 芋・砂糖	油脂・種実類
1月	ご飯	牛乳	飲用牛乳			ごはん	
	あじフライ		あじ			パンこ こむぎこ	こめあぶら
	豚汁		ぶたにく とうふ まめみそ こめみそ		こんにやく だいこん しろねぎ しめじ	じゃがいも	
	千草あえ			ひじき	こまつな にんじん もやし	さとう	ごま ごまあぶら
2火	ご飯	牛乳	飲用牛乳			ごはん	
	ハンバーグのオニオンソースかけ		ぶたにく とりにく		たまねぎ しょうが にんにく	さとう でんぶん	
	若竹汁		かまぼこ	わかめ	ねぎ	たけのこ えのきたけ	やきふ
	小松菜としらすのふりかけ 給食センター手作りの ふりかけです。		かつおぶし	しらすぼし	こまつな		さとう 　ごま 　ごまあぶら
こどもの白ゼリー						こどものひゼリー	
8月	ご飯	牛乳	飲用牛乳			ごはん	
	チキンとひよこ豆のカレー		とりにく ぶたレバー ひよこまめ		にんじん トマト	たまねぎ しょうが にんにく	こめあぶら カレールー
	コロッケ					たまねぎ	じゃがいも パンこ こむぎこ
海そうサラダ			わかめ		キャベツ とうもろこし		
9火	ご飯	牛乳	飲用牛乳			ごはん	
	ショーロンポー		ぶたにく			たまねぎ キャベツ しょうが	はるさめ ショウロンポーのかわ
	生揚げのオイスターソースいため		ぶたにく なまあげ		チンゲンサイ にんじん	たまねぎ たけのこ しめじ	さとう でんぶん
華風あえ					きゅうり キャベツ	はるさめ さとう	
10水	ご飯	牛乳	飲用牛乳			ごはん	
	五目うどん (白玉うどん・汁)		ぶたにく かまぼこ	飲用牛乳	こまつな にんじん	たまねぎ しろねぎ ほししいたけ	しらたまうどん でんぶん
	いかの天ぷら		いか				こむぎこ
	キャベツのごま青菜あえ		かつおぶし		ひろしまな きょうな だいこんば	キャベツ	さとう 　ごま
プチ洋なしゼリー						ゼリー	
11木	ご飯	牛乳	飲用牛乳			ごはん	
	鶏肉のカレー焼き		とりにく			しょうが	
	ツナじゃが		まぐろ なまあげ		にんじん さやいんげん	こんにやく たまねぎ しょうが	じゃがいも さとう
ひじきサラダ			ひじき		えだまめ とうもろこし	さとう	
12金	ご飯	牛乳	飲用牛乳			ごはん	
	チキンピラフ (ご飯・具)		とりにく	飲用牛乳	にんじん ピーマン	たまねぎ	ごはん
	白身魚香味フライ		ホキ		バジル パセリ		パンこ こむぎこ
	春キャベツのミネストローネ		ベーコン		トマト	はるキャベツ しめじ	マカロニ じゃがいも
プチりんごゼリー						ゼリー	
15月	ご飯	牛乳	飲用牛乳			ごはん	
	ビビンバ (ごはん・具)		ぶたにく	飲用牛乳	こまつな	だいずもやし にんにく ほししいたけ	ごはん さとう
	えびしゅうまい (2個)		たらすりみ えび			たまねぎ しょうが	しゅうまいのかわ
わかめスープ		とうふ	わかめ	ねぎ	たまねぎ とうもろこし えのきたけ	はるさめ	
16火	ご飯	牛乳	飲用牛乳			ごはん	
	さわらの西京焼き		さわら こめみそ			だいこん	
	野菜とうずら卵の煮物		とりにく かまぼこ なまあげ うずらたまご		こまつな	たまねぎ	じゃがいも さとう
◆切り干し大根の甘酒あえ				にんじん あおじそ	きりぼしだいこん きゅうり		
17水	ご飯	牛乳	飲用牛乳			ごはん	
	黒ロールパン			飲用牛乳			くるロールパン
	肉団子のケチャップ煮 (2個)		とりにく ぶたにく			たまねぎ しょうが	
かぼちゃのポタージュ		とりにく	ぎゅうにゅう	かぼちゃ パセリ	たまねぎ	じゃがいも	
コーンサラダ					キャベツ とうもろこし きゅうり	ドレッシング	

献立表の見方 [ ] : 卓上物 【 】 : 業者配送 太字 : 新献立 ◆ : 我が家のじまん料理

材料は、すべてを記載しているものではありません。アレルギー物質については、アレルギー関連書類で確認してください。  
 食材については細心の注意を払って、安全確保に努めています。材料などの入荷状況により献立を変更することがあります。  
 献立表および食材の産地は、刈谷市のホームページに掲載しています。  
 《給食で使用する魚は、できるかぎり骨が気にならないものを使用していますが骨が残っていることがあります》



形態食

18 木	たけのこご飯 (ご飯・具)	牛乳	とりにく	いんよう牛乳 飲用牛乳	にんじん	たけのこ えだまめ ほししいたけ	ごはん さとう	こめあぶら
	いかフライのレモン煮		いか			レモンかじゅう	パンこ さとう	こめあぶら
	豆乳みそ汁		とうふ、とうにゅう あわせみそ		こまつな	キャベツ たまねぎ だいこん	じゃがいも	
19 金	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ごはん	
	厚焼き卵		たまご					
	がめ煮 (福岡県)		とりにく なまあげ		にんじん	こんにやく ごぼう たけのこ れんこん ほししいたけ	さとも さとう	
	高菜とちりめんじゃこの油いため (福岡県)			しらすぼし	たかなづけ にんじん		さとう	ごまあぶら ごま
22 月	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ごはん	
	ハヤシシチュー		ふたにく ふたレバー		だっしふんにゅう	にんじん	たまねぎ えだまめ しめじ	じゃがいも ハヤシルウ
	ひよこ豆とキャベツのアーモンドサラダ		ひよこまめ		あかパプリカ	キャベツ		アーモンド ドレッシング
	みかんゼリー						ゼリー	
23 火	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ごはん	
	まぐろとレバーのねぎソース		まぐろ とりレバー		ねぎ	しょうが	でんぶん こめこ さとう	こめあぶら
	じゃがいもとわかめのみそ汁		とうふ こめみそ	わかめ	にんじん	たまねぎ	じゃがいも	
	切り干し大根の赤じそあえ				あかじそ	きゅうり きりぼしだいこん		
24 水	野菜たっぷりタンメン (ラーメン・スープ)	牛乳	ふたにく うすらたまご	飲用牛乳	チンゲンサイ にんじん	はくさい たけのこ きくらげ	ラーメン	
	えびカツ		えび たらすりみ			たまねぎ	パンこ こむぎこ	こめあぶら
	もやしと小松菜のナムル				こまつな	もやし しょうが		ごまあぶら
25 木	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ごはん	
	かつおのおかか煮		かつお かつおぶし			しょうが		
	高野豆腐のいり煮		とりにく はんぺん こうやどふ		にんじん さやいんげん	こんにやく ごぼう	じゃがいも さとう	
	アスパラサラダ				グリーンアスパラガス	キャベツ とうもろこし		ドレッシング
26 金	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ごはん	
	マーボー豆腐		ふたにく とうふ まめみそ		にんじん ねぎ	たまねぎ たけのこ しょうが にんにく	さとう でんぶん	ごまあぶら
	春巻き		ふたにく		にんじん いら	キャベツ もやし エリンギ	はるまきのかわ	こめあぶら
	切り干し中華サラダ					きりぼしだいこん きゅうり	さとう	ごま ごまあぶら
29 月	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ごはん	
	いわしの八丁みそ煮		いわし はっちょうみそ		ねぎ			
	春キャベツと生揚げの豆乳煮		ふたにく なまあげ とうにゅう		チンゲンサイ にんじん	はるキャベツ しめじ		ごま
	大根とわかめの和風サラダ			わかめ		だいこん とうもろこし		ドレッシング
30 火	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ごはん	
	キャベツ入りメンチカツ		とりにく			キャベツ たまねぎ	パンこ でんぶん	こめあぶら
	じゃが芋のそぼろ煮		とりにく はんぺん		にんじん さやいんげん	たまねぎ	じゃがいも さとう	
	きゅうりと枝豆のレモンサラダ				あかパプリカ	きゅうり えだまめ レモンかじゅう にんにく		ごまあぶら
31 水	スライスパン	牛乳		飲用牛乳			スライスパン	
	スラッピージョー		ぶたにく		あかパプリカ	たまねぎ マッシュルーム	パンこ さとう	
	野菜と鶏団子のコンソメ煮		とりにくだんご		にんじん	キャベツ しめじ	じゃがいも	
	フルーツゼリーミックス					おうとう	アセロラゼリー みかんゼリー	

日本全国味めぐり

第2回の味めぐりは「福岡県」です。

がめ煮

「がめ煮」という名の由来にはいくつか説があります。鶏肉や野菜などいろいろな材料を使うので、博多の方言で「寄せ集める」という意味の「がめぐりこむ」から「がめ煮」と名付けられました。

高菜とちりめんじゃこの油いため

高菜は、福岡県筑後地方での生産が盛んです。緑黄色野菜のからし菜の一種で、ビタミン、鉄分、カルシウム、食物繊維が多く含まれ栄養たっぷりです。

食まる5人がそろって朝食の組み合わせ



ミネストローネ  
5月12日

※日には給食での実施日