

# 令和6年5月分 予定献立表



小学校

刈谷市学校給食センター

日 曜	献立名 主食 牛乳 主菜 副菜 その他の順	主食に体の組織をつくる食品		主食に体の調子を整える食品		主食にエネルギーになる食品		エネルギー (kcal)
		たんぱく質 魚・肉・卵 豆・豆製品	無機質 牛乳・乳製品 小魚・海そう	ビタミン 緑黄色野菜	その他の野菜 果物・きのこ	炭水化物 米・パン・めん 芋・砂糖	脂質 油脂・種実類	
1 水	ご飯 牛乳 <b>八十八夜献立</b>		飲用牛乳					
	ちくわの新茶揚げ	ちくわ		てんちゃ まつちや		こめ	こめあぶら	589
	野菜の実だくさんみそ汁	とりこく あぶらあげ こめみそ まめみそ	わかめ	にんじん ねぎ	こんにやく だいこん	じゃがいも		23.0
	きんぴらごぼう			こまつな	ごぼう	さとう	ごま ごまあぶら こめあぶら	
2 木	ご飯 牛乳 <b>こどもの白献立</b>		飲用牛乳			こめ		
	あじフライ	あじ				パンこ こむぎこ	こめあぶら	621
	若竹汁	かまぼこ	わかめ	ねぎ	たけのこ えのきたけ	やきふ		23.4
	千草あえ	あぶらあげ		ほうれんそう にんじん	もやし	さとう	ごま ごまあぶら	
	かしわもち					かしわもち		
7 火	ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ		
	ビーンズマーボー	ぶたにく だいず とうふ まめみそ		にんじん ねぎ	たまねぎ しょうが にんにく	さとう でんぶん	ごまあぶら	647
	焼きぎょうざ (2個)	とりこく ぶたにく		にら	キャベツ たまねぎ	ぎょうざのかわ		26.8
	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	
8 水	黒ロールパン 牛乳		飲用牛乳			くろロールパン		
	肉団子のケチャップ煮 (2個)	とりこく		トマト	たまねぎ しょうが にんにく			647
	じゃが芋のクリームスープ	小垣江東小学校6年生 丹和生さんの 我が家のじまん料理です	ぎゅうにゆう なまクリーム	にんじん パセリ	たまねぎ マッシュルーム	じゃがいも マッシュポテト	バター ベシヤメルソース	24.5
	◆春キャベツのオリーブオイルいため		こんぶ		はるキャベツ にんにく		オリーブオイル	
9 木	ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ		
	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	567
	じゃが芋とわかめのみそ汁	あぶらあげ こめみそ	わかめ	こまつな にんじん	たまねぎ	じゃがいも		23.7
	キャベツの青菜あえ	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		
刈谷市産ミニトマト			刈谷市産ミニトマト					
10 金	ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ		
	オムレツ	たまご						647
	チキンストロガノフ	とりこく	だっしふんにゆう	トマト	たまねぎ えだまめ マッシュルーム		バター デミグラスソース ハヤシルウ	29.4
	ポテトサラダ			にんじん	きゅうり	じゃがいも	ドレッシング	
13 月	ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ		
	チーズミンチカツ	ぶたにく	チーズ		たまねぎ	パンこ こむぎこ	こめあぶら	650
	たっぶりキャベツの中華煮	ぶたにく かまぼこ		にんじん チンゲンサイ	キャベツ たまねぎ しょうが しめじ	でんぶん	ごまあぶら	26.1
	もやしときゅうりのナムル				きゅうり もやし しょうが		ごまあぶら	
14 火	ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ		
	五目厚焼き卵	たまご とりこく		ほうれんそう にんじん	しいたけ たけのこ			600
	鶏肉と根菜のみそ煮	とりこく はんぺん なまあげ まめみそ		にんじん	こんにやく だいこん ごぼう えだまめ	さとう		24.0
	キャベツのアーモンドあえ			にんじん こまつな	キャベツ	さとう	アーモンド	
15 水	肉うどん (白玉うどん・汁)	ぶたにく あぶらあげ かまぼこ	飲用牛乳	にんじん こまつな ねぎ	しょうが たまねぎ ほしいたけ	しらたまうどん さとう		623
	コロッケ				たまねぎ	じゃがいも パンこ こむぎこ	こめあぶら	24.2
	いそ香あえ		のり		キャベツ もやし	さとう		
16 木	ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ		
	いわしの煮付け	いわし			しょうが			658
	高野豆腐のいり煮	とりこく はんぺん こうやどうふ		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		27.3
ひじきサラダ		ひじき		えだまめ とうもろこし	さとう	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 エネルギー基準値 650キロカロリー たんぱく質基準値 26.8グラム

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。材料などが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》



小学校

17 金	たけのご飯 (麦ご飯・具)	牛乳 とりにく あぶらあげ	飲用牛乳 いんようぎゅうにゅう	にんじん	えだまめ たけのこ ほししいたけ	こめ おおむぎ さとう	こめあぶら	588
	いかフライのレモン煮	いか			レモンかじゅう	パンこ こむぎ さとう	こめあぶら	24.4
	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		
20 月	ご飯	牛乳	飲用牛乳			こめ		654
	たらのみそマヨ銀紙焼き	たら こめみそ				さとう	ドレッシング	29.5
	豚肉と野菜のしょうが煮	ぶたにく はんぺん		さやいんげん にんじん	こんにやく しょうが たまねぎ	じゃがいも さとう		
	かんぴょうのごま酢あえ(栃木県)	あぶらあげ		にんじん	かんぴょう きゅうり	さとう	ごまあぶら ごま	
21 火	ご飯	牛乳	飲用牛乳			こめ		588
	切り干し大根入りビビンバの具	ぶたにく		チンゲンサイ	きりほしだいこん にんにく もやし ほししいたけ	さとう	ごま ごまあぶら	22.9
	野菜しゅうまい(2個)	たら		にんじん	たまねぎ とうもろこし エリンギ しめじ ひらたけ しょうが	しゅうまいのかわ		
	はるさめスープ			にんじん ねぎ	キャベツ とうもろこし	はるさめ		
22 水	スライSPAN	牛乳	飲用牛乳			スライSPAN		681
	ドライカレーサンドの具	ぶたにく		にんじん	たまねぎ	さとう コーンスターチ	バター ベシヤメルソース	29.7
	枝豆のクリームスープ	ベーコン	ぎゅうにゅう だっしふんにゅう		たまねぎ えだまめ おうとう パイナップル	じゃがいも		
	さわやかフルーツゼリー					りんごゼリー		
23 木	ご飯	牛乳	飲用牛乳			こめ		636
	かつおカツ	かつお			たまねぎ しょうが	パンこ こむぎ	こめあぶら	22.9
	肉じゃが	ぶたにく		にんじん	こんにやく たまねぎ グリーンピース	じゃがいも さとう		
	たくあんあえ				キャベツ たくあん		ごま	
24 金	ご飯	牛乳	飲用牛乳			こめ		615
	ハンバーグのデミグラスソースかけ	ぶたにく とりにく			たまねぎ	さとう	ハヤシルウ デミグラスソース こめあぶら	23.9
	キャベツの洋風煮	ぶたにく		にんじん	キャベツ たまねぎ しめじ にんにく	じゃがいも		
	まめまめサラダ	だいず			きゅうり とうもろこし	ひよこまめ あおえんどうまめ あかいんげんまめ	ドレッシング	
27 月	金芽玄米ご飯	牛乳	飲用牛乳			こめ げんまい		653
	大根カレー	ぶたにく		にんじん	だいこん たまねぎ しょうが にんにく		カレールー	20.4
	かぼちゃコロッケ			かぼちゃ		パンこ こむぎ	こめあぶら	
	オレンジ				オレンジ			
28 火	ご飯	牛乳	飲用牛乳			こめ		629
	さばの塩焼き	さば						33.3
	春野菜と生揚げの豆乳煮	ぶたにく 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 たけのこ しめじ		ごま	
	もやしと小松菜のお浸し			こまつな	もやし	さとう		
29 水	タンタンメン (ラーメン・スープ)	牛乳 ぶたにく はんぺん あわせみそ	飲用牛乳	にんじん チンゲンサイ	たまねぎ もやし しょうが にんにく きくらげ	ラーメン でん粉	ごま ごまあぶら	654
	春巻き	ぶたにく		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	26.7
	海そうサラダ		かいそう		キャベツ とうもろこし			
30 木	ご飯	牛乳	飲用牛乳			こめ		667
	さわらの西京焼き	さわら こめみそ						32.8
	野菜の卵とじ	とりにく はんぺん たまご		さやいんげん にんじん	たけのこ たまねぎ	じゃがいも さとう		
	煮豆	だいず				さとう		
31 金	ご飯	牛乳	飲用牛乳			こめ		588
	けんちんしのだの野菜あんかけ	とうふ あぶらあげ たら	ひじき	にんじん	えのきたけ えだまめ	さとう でんぶん		21.3
	切り干し大根入りとん汁	ぶたにく まめみそ		にんじん みつば	こんにやく はくさい ごぼう きりほしだいこん	じゃがいも	ぶたにく まめみそ	
	やみつききゅうり				きゅうり にんにく	さとう	ごまあぶら	

愛知県産の食材 (5月の予定) 主食(こめ(刈谷市産) こむぎ) 飲用牛乳 こまつな チンゲンサイ にんじん ねぎ パセリ ほうれんそう みつば キャベツ きゅうり ごぼう だいこん たまねぎ はくさい はるキャベツ たけのこ てんちゃ まつちや きくらげ だいず みそ とうにゅう きりほしだいこん ほししいたけ ぶたにく

日本全国味めぐり 今月の味めぐりは「栃木県」です。

かんぴょうのごま酢あえ  
数あるかんぴょう料理の中でも、「かんぴょうのごま酢あえ」は「かんぴょうの卵とじ」などと共に栃木県で親しまれている料理です。栃木県のかんぴょう生産は全国の99%以上を占め、特に県南地域で栽培が盛んに行われています。