

# 令和8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 <small>主食 牛乳 主菜 副菜 その他の順</small>	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
		<small>魚・肉・卵 まめ・大豆製品</small>	<small>牛乳・乳製品 小魚・海そう</small>	<small>緑黄色野菜</small>	<small>その他の野菜 果物・きのこ</small>	<small>米・パン・めん 芋・砂糖</small>	<small>油脂・種実類</small>
1 金	たけのこご飯 (ご飯・具) <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">こどもの日献立</span>	とりにく	飲用牛乳	にんじん	えだまめ たけのこ ほししいたけ	こめ さとう	こめあぶら
	サーモンフライ	ざけ			しょうが	パンこ こむぎこ	こめあぶら
	新じゃがと芋とわかめのみそ汁	こめみそ	わかめ	にんじん こまつな	たまねぎ	しんじやがいも	
	子どものひゼリー					こどものひゼリー	
7 木	ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ	
	キムチ鍋	ぶたにく とうふ あわせみそ		にんじん チンゲンサイ	はくさい えのきたけ はくさいキムチ		
	えびしゅうまい	えび たら			たまねぎ	しゅうまいのかわ	
	もやしときゅうりのナムル				もやし きゅうり しょうが		ごまあぶら
8 金	ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ	
	切り干し大根のキーマカレー	ぶたにく	だっしふんにゆう	にんじん トマト あかいパプリカ きパプリカ	たまねぎ きりほしだいこん にんにく		カレールー
	コロッケ	ぶたにく きゅうにく		にんじん パセリ	たまねぎ	じゃがいも マッシュポテト パンこ こむぎこ	こめあぶら
	フルーツのレモンゼリーあえ				おうとう	レモンゼリー	
11 月	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	たけのこ たまねぎ しょうが にんにく	さとう でんぶん	ごまあぶら
	焼きぎょうざ(2個)	ぶたにく とりにく		にら	キャベツ たまねぎ	ぎょうざのかわ	
	切り干し中華サラダ				きりほしだいこん きゅうり	さとう	ごまあぶら
12 火	ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ	
	かつおカツ	かつお 			たまねぎ しょうが	パンこ こむぎこ	こめあぶら
	鶏じゃが	とりにく ちくわ		さやいんげん にんじん	たまねぎ ほししいたけ	じゃがいも さとう	
	たくあんあえ				キャベツ たくあん		ごま
13 水	黒ロールパン 牛乳		飲用牛乳			くるロールパン	
	肉団子のケチャップ煮	とりにく		トマト	たまねぎ にんにく しょうが		
	かぼちゃのポタージュ	とりにく	ぎゅうにゆう	かぼちゃ パセリ	たまねぎ	じゃがいも	ベシヤメルソース
	コーンサラダ				きゅうり キャベツ とうもろこし		ドレッシング
	プチりんごゼリー					ゼリー	
14 木	ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ	
	ハンバーグの玉ねぎソースかけ	とりにく ぶたにく			たまねぎ しょうが にんにく	さとう でんぶん	
	大根と鶏肉の煮物	とりにく なまあげ		にんじん こまつな	こんにやく だいこん しょうが	さとう	
	キャベツのごま酢あえ			みつば	キャベツ	さとう	ごま
15 金	ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ	
	塩こうじのチキンカツ	とりにく				パンこ こむぎこ	こめあぶら
	豚汁	ぶたにく こめみそ まめみそ		にんじん こまつな	こんにやく たまねぎ	じゃがいも	
ひじきのいため煮	はんぺん	ひじき	にんじん	えだまめ とうもろこし	さとう	こめあぶら	
18 月	ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ	
	かつおのおかか煮	かつお かつおぶし			しょうが		
	高野豆腐の卵とじ	とりにく たまご こうやどうふ		にんじん ねぎ	たまねぎ	じゃがいも さとう	
キャベツの赤じそあえ			あかじそ	キャベツ			
19 火	ツナとコーンのピラフ (ご飯・具) 牛乳	まぐるあぶらづけ	飲用牛乳	にんじん パセリ	たまねぎ とうもろこし しょうが	こめ	こめあぶら
	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
	豆乳野菜スープ	ベーコン とろにゆう		にんじん	たまねぎ キャベツ えだまめ	じゃがいも	

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

20	カレーうどん (白玉うどん・汁)	牛乳	とりにく	いんようぎょう 飲用牛乳	にんじん さやいんげん	たまねぎ	しらたまうどん でんぶん さとう	
	水	ちくわのいそ揚げ 大根ときゅうりの三杯酢	ちくわ	あおのり			こむぎこ さとう	こめあぶら
21	ご飯	牛乳		飲用牛乳			こめ	
	木	いわしの八丁みそ煮 じゃが芋のそぼろ煮 小松菜とキャベツのアーモンドあえ	いわし はちょうみそ とりにく はんぺん		ねぎ にんじん にんじん こまつな	たまねぎ えだまめ キャベツ	じゃがいも さとう さとう	アーモンド
	22	ご飯	牛乳	飲用牛乳			こめ	
金	ビビンバの具		ぶたにく		こまつな	もやし にんにく ほししいたけ	さとう	ごま ごまあぶら
	にんじんしゅうまい(2個)		たら		にんじん	たまねぎ	しゅうまいのかわ	
	はるさめとわかめのスープ		なまあげ	わかめ	にんじん ねぎ	とうもろこし	はるさめ	ごまあぶら
25	ご飯	牛乳		飲用牛乳			こめ	
	月	野菜たっぷり豚塩ちゃんこ 厚焼き卵 じゃが芋のきんぴら	ぶたにく とうふ たまご		チンゲンサイ にんじん にんじん	キャベツ にんにく えのきたけ		ごま
	26	ご飯	牛乳	飲用牛乳			こめ	
火	さばのみそ煮 豚肉と野菜のしょうが煮 やみつききゅうり		さば みそ ぶたにく ちくわ		にんじん こまつな	こんにやく たまねぎ しょうが	じゃがいも さとう さとう	ごまあぶら
	スラッピージョー	牛乳		飲用牛乳				
	27	スライスパン スラッピージョー 枝豆と白いんげん豆のクリームスープ パインゼリー			飲用牛乳			スライスパン パンこ さとう じゃがいも しろいんげんまめ ゼリー
28	ご飯	牛乳		飲用牛乳			こめ	
	木	鶏肉とレバーの甘辛だれ シャーレン豆腐 中華あえ	とりにく とりレバー ぶたにく えび とうふ		にんじん チンゲンサイ ねぎ	しょうが たまねぎ しょうが ほししいたけ キャベツ きゅうり	でんぶん さとう さとう でんぶん さとう	こめあぶら ごま ごまあぶら
	29	ご飯	牛乳		飲用牛乳			こめ
金		いかフライのレモン煮 有機豆乳みそ汁 ◆ピーマンとにんじんのしらす入りきんぴら	いか とうふ ゆうきとうふ あわせみそ		こまつな	レモンかじゅう キャベツ たまねぎ	パンこ こむぎこ さとう じゃがいも	こめあぶら ごま ごまあぶら

愛知県産の食材 (今月の予定) 主食(刈谷市産) こむぎ 飲用牛乳 小松菜 チンゲンサイ ねぎ パセリ 三つ葉 キャベツ きゅうり  
大根 玉ねぎ 白菜 豚肉 卵 たけのこ 大豆 豆みそ 豆乳 切り干し大根 干ししいたけ

じもと しゅん あじ ひ  
地元の旬を味わう日

今月の旬は「ミニトマト」です



ミニトマト(施設栽培) 主な産地: 愛知県東部 旬の時期: 10月から6月  
愛知県は「ミニトマト」の収穫量全国第2位の主要な産地です。今月の「ミニトマト」は、刈谷市で作られたものです。ビニールハウスで栽培されていて、蜂を使って受粉をしています。有機肥料を使って育てられた安全で甘みの強い「ラブリーさくら」という品種です。生産農家の方の愛情が込められています。地元の味を味わって、よくかんで食べましょう。

おすすめ

朝食に使える給食レシピ♪

たくあんあえ

- 一材料 (4人分) -
- キャベツ 120g
  - たくあん 60g
  - 白いりごま 小さじ1
  - 塩 少々

- 一作り方 -
- ① キャベツとたくあんは千切りにします。
  - ② 鍋に湯を沸かし、キャベツをさっとゆでて冷ましておきます。
  - ③ ②のキャベツにたくあんと白いりごまを加えてあえます。
  - ④ 味をみて塩を加えて出来上がりです。

12日の給食に登場します。

