

令和8年5月分 予定献立表



刈谷市学校給食センター

幼稚園

日 / 曜	献立名 主食 牛乳 主菜 副菜 その他の順	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		エネルギー (kcal)
		たんぱく質	無機質	ビタミ		炭水化物	脂質	たんぱく質 (g)
		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 金	たけのこご飯 (麦ご飯・具)	鶏肉	飲用牛乳	にんじん	たけのこ 干しいたけ	米 大麦 砂糖	米油	422
	あじフリッター	あじ	あおさ			小麦粉	大豆油 米油	16.7
	新じゃが芋とわかめのみそ汁	油揚げ 米みそ	わかめ	にんじん 小松菜	玉ねぎ	新じゃが芋		
7 木	ご飯		飲用牛乳			米		
	中華鍋	豚肉 豆腐		チンゲンサイ にんじん	白菜 えのきたけ			402
	えびしゅうまい	えび たら			玉ねぎ	しゅうまいの皮		18.7
	もやしときゅうりのナムル				もやし きゅうり しょうが		ごま油	
8 金	ご飯		飲用牛乳			米		
	切り干し大根のキーマカレー	豚肉	脱脂粉乳	にんじん トマト 赤パプリカ 黄パプリカ	玉ねぎ 切り干し大根 にんにく		カレールー	495
	コロケ					じゃが芋 パン粉 小麦粉	米油	15.8
	フルーツのレモンゼリーあえ				黄桃 パイナップル	レモンゼリー		
11 月	ご飯		飲用牛乳			米		
	ビーンズマーボー	豚肉 大豆 豆腐 豆みそ		にんじん ねぎ	たけのこ 玉ねぎ しょうが にんにく	砂糖 でん粉	ごま油	446
	焼きぎょうざ	豚肉 鶏肉		にら	キャベツ 玉ねぎ	ぎょうざの皮		20.2
	切り干して中華サラダ				切り干し大根 きゅうり	砂糖	ごま油	
12 火	ご飯		飲用牛乳			米		
	かつおカツ	かつお			玉ねぎ しょうが	パン粉 小麦粉	米油	470
	鶏じゃが	鶏肉 ちくわ		さやいんげん にんじん	玉ねぎ 干しいたけ	じゃが芋 砂糖		18.7
	たくあんあえ				キャベツ たくあん		ごま	
13 水	黒ロールパン		飲用牛乳			黒ロールパン		
	ポークウインナー	ウインナー						522
	かぼちゃのポタージュ	鶏肉	牛乳	かぼちゃ パセリ	玉ねぎ	じゃが芋	ベシヤメルソース	19.9
	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	
14 木	ご飯		飲用牛乳			米		
	ハンバーグの玉ねぎソースかけ	鶏肉 豚肉			玉ねぎ しょうが にんにく	砂糖 でん粉		436
	大根と鶏肉の煮物	鶏肉 生揚げ		にんじん 小松菜	こんにゃく 大根 しょうが	砂糖		19.2
	キャベツのごま酢あえ			三つ葉	キャベツ	砂糖	ごま	
15 金	ご飯		飲用牛乳			米		
	塩こうじのチキンカツ	鶏肉				パン粉 小麦粉	米油	469
	豚汁	豚肉 油揚げ 米みそ 豆みそ		にんじん 小松菜	こんにゃく 玉ねぎ	じゃが芋		19.4
	ひじきのいため煮	はんぺん	ひじき	にんじん	とうもろこし	砂糖	米油	
18 月	ご飯		飲用牛乳			米		
	かつおのおかか煮	かつお かつお節			しょうが			454
	高野豆腐の卵とじ	鶏肉 卵 高野豆腐		にんじん ねぎ	玉ねぎ	じゃが芋 砂糖		25.8
	キャベツの赤じそあえ			赤じそ	キャベツ			
19 火	ツナとコーンのピラフ (麦ご飯・具)	まぐろ油漬	飲用牛乳	にんじん パセリ	玉ねぎ とうもろこし しょうが	米 大麦	米油	491
	チーズミンチカツ	豚肉	チーズ		玉ねぎ	パン粉 小麦粉	米油	21.6
	豆乳野菜スープ	ベーコン 豆乳		にんじん	玉ねぎ キャベツ	じゃが芋		
	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	㊦ 旬の料理	エネルギー基準値 490 kcal	たんぱく質基準値 20.2 g

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》



幼稚園

20 水	カレーうどん (白玉うどん・汁)	牛乳	鶏肉 油揚げ	飲用牛乳	にんじん さやいんげん	玉ねぎ	白玉うどん でん粉 砂糖		483
	ちくわのいそ辺揚げ		ちくわ	青のり			小麦粉	米油	19.3
	大根ときゅうりの三杯酢					大根 きゅうり	砂糖		
21 木	ご飯	牛乳		飲用牛乳			米		483
	いわしの八丁みそ煮		いわし 八丁みそ		ねぎ				21.8
	じゃが芋のそぼろ煮		鶏肉 はんぺん		にんじん	玉ねぎ	じゃが芋 砂糖		
22 金	小松菜とキャベツのアーモンドあえ				にんじん 小松菜	キャベツ	砂糖	アーモンド	
	ご飯	牛乳		飲用牛乳			米		431
	ビビンバの具		豚肉		小松菜	もやし にんにく 干しいたけ	砂糖	ごま ごま油	19.4
25 月	にんじんしゅうまい		たら		にんじん	玉ねぎ	しゅうまいの皮		414
	はるさめとわかめのスープ		生揚げ	わかめ	にんじん ねぎ	とうもろこし	はるさめ	ごま油	18.8
	ご飯	牛乳		飲用牛乳			米		18.8
26 火	野菜たっぷり豚塩ちゃんこ		豚肉 豆腐		チンゲンサイ にんじん	キャベツ にんにく えのきたけ		ごま	414
	厚焼き卵		卵						18.8
	じゃが芋のきんぴら				にんじん	こんにゃく	じゃが芋 砂糖	ごま油	
27 水	ご飯	牛乳		飲用牛乳			米		463
	さばのみそ煮		さば 八丁みそ						19.9
	豚肉と野菜のしょうが煮		豚肉 ちくわ		にんじん 小松菜	こんにゃく 玉ねぎ しょうが	じゃが芋 砂糖		
28 木	やみつききゅうり					きゅうり にんにく	砂糖	ごま油	
	スライスパン	牛乳		飲用牛乳			スライスパン		548
	スラッピージョー		豚肉		赤パプリカ	玉ねぎ マッシュルーム	パン粉 砂糖		23.7
29 金	枝豆と白いんげん豆のクリームスープ		ベーコン	牛乳 脱脂粉乳	にんじん	玉ねぎ 枝豆	じゃが芋 白いんげん豆	バター ベシメルソース	
	プチ桃ゼリー						ゼリー		
	ご飯	牛乳		飲用牛乳			米		465
28 木	鶏肉とレバーの甘辛だれ		鶏肉 鶏レバー			しょうが	でん粉 砂糖	米油	23.7
	シャーレン豆腐		豚肉 えび 豆腐		にんじん チンゲンサイ ねぎ	玉ねぎ しょうが 干しいたけ	砂糖 でん粉		
	中華あえ					キャベツ きゅうり	砂糖	ごま ごま油	
29 金	ご飯	牛乳		飲用牛乳			米		399
	いかフリッター		いか	あおさ			小麦粉	大豆油 米油	16.6
	有機豆乳みそ汁		豆腐 有機豆乳 合わせみそ		小松菜	キャベツ 玉ねぎ	じゃが芋		
◆ピーマンとにんじんのしらす入りきんぴら					しらす干し	ピーマン にんじん		ごま ごま油	

愛知県産の食材 主食(米(刈谷市産) 小麦) 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
(今月の予定) 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 干しいたけ

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

12日の給食に登場します。

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。

