



ホームページで献立表が確認できます。

# 5月献立表



クックパッドで応募  
献立や給食の人気レシピが確認できます。

尾張旭市学校給食センター  
小学校

日	曜	献立名	主な材料と働き					
			体をつくる		体の調子をととのえる		体を動かすエネルギーとなる	
			1群 魚・肉・卵・大豆・大豆製品	2群 牛乳・乳製品・小魚・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・きのこ・果物	5群 穀物・いも類・さとう	6群 油脂類・種実類
1	水	麦ごはん 牛乳 新たまねぎとぶた肉のうま煮 ◎さばの銀紙焼き もやしの赤じそあえ	ぶた肉 かまぼこ 焼き豆腐 さば みそ	牛乳	にんじん 赤じそ粉	たまねぎ しらたき エリンギ もやし	米 麦 さとう 米粉 さとう	
2	木	ごはん 牛乳 ◎かつおフライ ささみとキャベツのごまあえ さわにわん ♥かじわもち	かつお とり肉 ぶた肉 とうふ かまぼこ	牛乳	にんじん にんじん	キャベツ たけのこ ねぎ えのきたけ	米 小麦粉 パン粉 でんぶ さとう	なたね油 ごま
7	火	ロウカット玄米ごはん 牛乳 カレーライス 福神漬 フルーツゼリーあえ	ぶた肉 豆乳	牛乳	にんじん	たまねぎ りんご 福神漬 パイン みかん	米 ロウカット玄米 じゃがいも カレールウ ゼリー(りんご、にんじん、かぼちゃ、 オレンジ、ぶどう、もも)	植物油
8	水	ロールパン 牛乳 ◎米粉のかりかり魚フライ ごぼうサラダ ABCスープ	ホキ ベーコン	牛乳	にんじん にんじん	ごぼう きゅうり たまねぎ とうもろこし	ロールパン 米粉 じゃがいも でんぶ さとう	なたね油 ごまドレッシング
9	木	あさびー スマイル給食 ごはん 牛乳 ツナの甘辛煮 ハリハリ漬け 呉汁(ごじる) 手巻きのり	まぐろ油づけ とうふ だいず 油あげ みそ	牛乳	にんじん	とうもろこし しょうが きゅうり たくあん だいこん ねぎ えのきたけ	米 さとう	
10	金	麦ごはん 牛乳 マーボー豆腐 揚げえびしゅうまい(2こ) こまつなとしらすのナムル	とうふ ぶた肉 みそ えび たら ぶた肉	牛乳	にんじん にんじん こまつな にんじん	たけのこ ごぼう ねぎ しいたけ しょうが にんにく たまねぎ	米 麦 さとう でんぶ でんぶ 小麦粉 パン粉 さとう 水あめ	ごま油 なたね油 ごま油
13	月	ごはん 牛乳 ぶた肉のしょうが焼き キャベツとえだまめのあえもの 新たまねぎのみそ汁	ぶた肉 とうふ 油あげ みそ	牛乳	にんじん にんじん	たまねぎ しょうが キャベツ えだまめ たまねぎ えのきたけ ねぎ	米 さとう でんぶ さとう	ごまドレッシング
14	火	麦ごはん ♥はっこう乳 中華飯 揚げぎょうざ(2こ) きゅうりとわかめのナムル	ぶた肉 いか ぶた肉	牛乳	にんじん チンゲンサイ にんじん	キャベツ たまねぎ たけのこ しいたけ しょうが たまねぎ れんこん きゅうり	米 麦 かき油 でんぶ 小麦粉 でんぶ さとう	なたね油 ごま ごま油
15	水	ミルクロールパン 牛乳 ブラウンシチュー ハムステーキ グリーンアスパラのサラダ	とり肉 ぶた肉 とり肉 まぐろ油づけ	牛乳	にんじん トマト グリーンアスパラガス	たまねぎ えだまめ キャベツ	ミルクロールパン じゃがいも ハヤシルウ でんぶ さとう	たまごぬきドレッシング
16	木	白玉うどん 牛乳 五目うどん ちくわのいそべ揚げ(2こ) 野菜のしそひじきあえ	とり肉 油あげ 焼きちくわ まぐろ油づけ	牛乳	にんじん	ねぎ えのきたけ	白玉うどん でんぶ 小麦粉 でんぶ	なたね油
17	金	ごはん 牛乳 ハンバーグのみぞれソースかけ 切干大根の甘酢あえ 親子汁	だいず ぶた肉 とり肉 たまご とり肉 かまぼこ	牛乳	にんじん にんじん	たまねぎ だいこん 切干大根 きゅうり たまねぎ ねぎ えのきたけ	米 じゃがいも でんぶ さとう さとう	
20	月	麦ごはん 牛乳 ★カレー風味のカリッと唐揚げ(2こ) キャベツのおかかあえ 若竹汁	とり肉 かつおぶし とうふ かまぼこ 油あげ	牛乳	にんじん にんじん	しょうが にんにく キャベツ たけのこ ねぎ	米 麦 でんぶ さとう	なたね油
21	火	あさびー スマイル給食 わかめごはん 牛乳 肉じゃが ◎さわらのレモン風味焼き きゅうりの赤じそあえ	牛肉 さわら	わかめ 牛乳	にんじん	たまねぎ しらたき えだまめ しょうが レモン果汁 きゅうり	米 じゃがいも さとう さとう でんぶ	
22	水	あいちの米粉入りパン 牛乳 ★食物繊維たっぷりペンネ 春野菜のスープ ♥フローズンヨーグルト	牛肉 だいず ウインナー	牛乳	にんじん トマト にんじん グリーンアスパラガス	たまねぎ えだまめ にんにく キャベツ たまねぎ	あいちの米粉入りパン マカロニ さとう じゃがいも	
23	木	ごはん 牛乳 牛肉どんぶり だし巻きたまご キャベツの塩昆布あえ	牛肉 かまぼこ 焼き豆腐 たまご	牛乳	にんじん	たまねぎ しらたき キャベツ	米 さとう でんぶ さとう	だいず油 ごま油
24	金	ごはん 牛乳 ◎とびうおの竜田揚げ 新じゃがとツナのサラダ 豚汁 一口ゼリー(りんご味)	とびうお まぐろ油づけ ぶた肉 とうふ 油あげ みそ	牛乳	にんじん にんじん	しょうが きゅうり とうもろこし だいこん ごぼう ねぎ	米 でんぶ さとう じゃがいも	なたね油 たまごぬきドレッシング
27	月	麦ごはん 牛乳 ビーンズドライカレー ◎あじフリッター(2こ) ♥冷凍洋なし	ぶた肉 だいず あじ	牛乳	にんじん トマト	たまねぎ エリンギ とうもろこし えだまめ 洋なし	米 麦 カレールウ さとう 小麦粉 でんぶ 米粉 さとう	だいず油 なたね油
28	火	ごはん 牛乳 ◎さばの照り焼き ささみと野菜のごまサラダ みそ汁	さば とり肉 とうふ 油あげ みそ	牛乳	にんじん にんじん	きゅうり とうもろこし 切干大根 だいこん ごぼう ねぎ えのきたけ	米 さとう でんぶ さとう	ごまドレッシング
29	水	くろロールパン 牛乳 米粉のコロッケ コールスローサラダ コンソープ	牛肉 ぶた肉 とり肉	牛乳	にんじん パセリ にんじん にんじん	たまねぎ キャベツ たまねぎ とうもろこし	くろロールパン 米粉 じゃがいも さとう でんぶ	なたね油 ドレッシング バター
30	木	中華めん 牛乳 しょうゆラーメン ショウロンポウ(2こ) きゅうりのごましょうゆ	ぶた肉 なたね油 ぶた肉	牛乳	チンゲンサイ にんじん	キャベツ もやし とうもろこし ねぎ にんにく キャベツ しょうが たまねぎ きゅうり	中華めん 小麦粉 でんぶ はるさめ さとう かき油 水あめ	なたね油 ごま ごま油
31	金	麦ごはん 牛乳 ピピンパ キムチあえ トッポギスープ	牛肉 たまご ぶた肉	牛乳	にんじん こまつな にんじん ちら	しょうが にんにく 切干大根 もやし ほうさいキムチ たまねぎ しいたけ	米 麦 でんぶ さとう さとう	なたね油 ごま油

## 今月の給食目標 身したくを整えよう!

### 大切な給食当番の仕事 給食当番になったら...

つめの長さや身だしなみに気をつけよう。清潔なハンカチを毎日用意しよう。

トイレを済ませて、せっけんを使って手をしっかり洗ってから白衣に着替えよう。

マスクは鼻と口をしっかり覆うようにつけよう。

髪はぼうしから出しません。長い髪の方はピンなどでまとめておこう。

汁ものは底をよくかきまぜながら盛りつけて、残しがないようにしよう。

1週間の当番が終わったら、白衣を洗濯・アイロンがけし、忘れずに学校に持ってきてしよう。

### 応募献立の紹介

『カレー風味のカリッと唐揚げ』  
三郷小学校の児童が考えました。  
★給食では20日に食べます。

『食物繊維たっぷりペンネ』  
旭中学校の生徒が考えました。  
★給食では22日に食べます。

(作り方はホームページを見てください)

### 今月のおすすめ地場産物

尾張旭市の「たまねぎ」  
尾張旭市では、たまねぎの栽培をしています。今月は、市内で収穫された新鮮な「新たまねぎ」が給食に登場します。  
よく味わって食べよう。

★学校給食の情報は…クリック!!

尾張旭市学校給食センター 検索

毎月19日は「食育の日」  
～おうちでごはんの日～

※都合により献立や材料を変更する場合があります。♥は直接学校へ配送されるものです。★は応募献立です。  
◎魚を使った献立は骨に注意して食べましょう。  
※令和6年4月から「あさびースマイル給食」は、副食(おかず)から8大アレルギー(卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに・くるみ)を除去した日になりました。  
△食物アレルギーのある方へ…献立表は、6つの基礎食品群に分類できる食品を記載しているため、微量な食品や調味料等は、記載していません。詳しい材料が知りたい方は、申し出てください。