



日曜	こんだてめい 献立名	おもに体をつくる食品		おもに体の調子を整える食品		おもにエネルギーになる食品		メッセージ	エネルギー (kcal)
		肉・魚・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜 果物・きのこ	米・パン・めん いも・さとう	油脂 種実類		たんぱく質 (g)
7 火	ごはん	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			ごはん		チャブチェは でんとうてきな かんこくりょうりです。おいわいのせきやおおぜいのひとを まねくときなどにつくられます。	502
	ごもくスープ	とうふ、かまぼこ		にんじん チンゲンサイ	キャベツ、もやし きくらげ	でんぶん			19.4
	チャブチェ	ぶたにく		にんじん はねぎ	たけのこ、しいたけ にんにく、しろねぎ	はるさめ、さとう	ごまあぶら、ごま ごめあぶら		
	いちごヨーグルト		ヨーグルト						
8 水	ごはん	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			ごはん		なまあげは、とうふをあつくきって あぶらで あげたものです。「あつあげ」ともよばれています。だいたいのえいようが たつぷりです。	494
	なまあげのちゅうかに	ぶたにく なまあげ		にんじん	キャベツ、たまねぎ たけのこ、きくらげ	さとう、でんぶん	ごまあぶら		19.8
	もちごめむし	ぶたにく、とりにく		にんじん	たまねぎ、しょうが	もちごめ、パンこ			
	くきわかめいりサラダ		くきわかめ		もやし、きゅうり				
9 木	うどん	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			うどん		こめこししゃもフライは ほねまでたべられます。ほねやは しょうぶにする カルシウムが おおく ふくまれています。よくかんでたべましよう。	506
	カレーなんばん	とりにく あぶらあげ		にんじん はねぎ	たまねぎ、しょうが しろねぎ	でんぶん	カレーウ		18.8
	こめこししゃもフライの やさしいあんかけ		ししゃも	にんじん さやいんげん	たまねぎ	こめこ、さとう でんぶん	なたねあぶら ごめあぶら		
	キャベツのかおりあえ			あおじそ	キャベツ				
10 金	スライスパン	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			スライスパン		オニオンスープには、あめいろになるまでじっくりといためた たまねぎをつかっています。たまねぎの あまみやこくを あじわいましよう。	515
	オニオンスープ	ベーコン		にんじん	たまねぎ、とうもろこし ローストオニオン	じゃがいも			20.2
	てりやきスコッチエッグ	ぶたにく うずらたまご		にんじん	たまねぎ				
	みどりキャベツ(あじつき)				キャベツ、きゅうり				
いちじくジャム					ジャム				
13 月	ごはん	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			ごはん		こうやどうふは とうふをこおらせて かんそうさせた ほぞんしよくです。スポンジのように ちいさいあながあいているので、あじがしみこみやすい しよくひんです。	530
	こうやどうふのいりに	こうやどうふ とりにく、はんぺん		にんじん さやいんげん	こんにやく	さといも、さとう			22.9
	さばのみそに	さば、みそ				さとう			
	こまつなごまあえ			こまつな	もやし	さとう	ごま		
14 火	むぎごはん	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			むぎごはん		ハヤシライスには ほんどとくの ようふりょうりです。うすぎりのにくと たまねぎをいため、トマトあじのソースでこみ ごはんにかけてたべます。	539
	ハヤシライス	ぶたにく	だっしふんにゅう	にんじん	たまねぎ、グリーンピース	じゃがいも	ハヤシルウ		19.7
	オムレツ	たまご							
	ファイバーゼリーのフルーツあえ				みかん、パイナップル	ファイバーゼリー			
15 水	ごこくごはん	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			ごこくごはん		きょうのきゅうしよくは しゅんの たけのこと キャベツをつかった こんだてです。しゅんの しよくざいは あじもこく、えいようがあります。	489
	たけのこのみそしる	あぶらあげ ミックスみそ	わかめ	にんじん チンゲンサイ	たけのこ、えのきたけ				19.0
	えびカツ	えび、たら			たまねぎ	パンこ、こむぎこ	なたねあぶら		
	キャベツのごまじそあえ			あかじそ	キャベツ		ごま		
むらさきもチップス					むらさきもチップス				
16 木	サンドイッチロールパン	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			サンドイッチロールパン		チャウダーは かいや さかな、やさしい、クリームなどをいれて こんだ アメリカうまれのスープです。きょうのチャウダーには あさり がはいっています。	517
	あさりのチャウダー	あさり、ハム	だっしふんにゅう	にんじん	たまねぎ	じゃがいも	バター、ホワイトウ		23.9
	スティックハンバーグ	ぎゅうにく とりにく、ぶたにく			たまねぎ	パンこ			
	やさしいあまじそあえ			にんじん	キャベツ	さとう			
たくじょうケチャップ									
17 金	わかめごはん	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	わかめ		ごはん		さわにわんは せんぎりにした やさいやくなどをつくる しるものです。	472
	さわにわん	ぶたにく はんぺん		にんじん はねぎ	たけのこ、ごぼう しいたけ、しろねぎ	でんぶん			18.5
	あじのなんばんづけ	あじ				さとう、でんぶん	なたねあぶら		
	れいとうみかん				みかん				
20 月	むぎごはん	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			むぎごはん		わかめなどの かいそうには しよくもつせんいが おおく ふくまれています。おなかのちようしを ととのえる はたらきがあります。	509
	わふうカレーに ねぎいりたまごやき	ぶたにく、なまあげ たまご		にんじん はねぎ	たまねぎ、キャベツ	じゃがいも	カレーウ		19.9
	かいそうサラダ		わかめ、こんぶ くきわかめ あかさぎのり ふのり		きゅうり とうもろこし				
	たくじょうあおじそドレッシング								
21 火	ごはん	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			ごはん		「しのだ」とは あぶらあげをつかった りょうりのこと をいいます。けんちんしのだと ボイルキャベツに あまみそを かけてたべましよう。	533
	ちゃんこに	とりにくだんご		にんじん チンゲンサイ	もやし、ごぼう こんにやく	さとう			20.6
	しのだのみそかけ	とうふ あぶらあげ、たら	ひじき	にんじん					
	ボイルキャベツ				キャベツ				
たくじょうあまみそ	あかみそ				しょうが	さとう	ごま		
22 水	ごはん	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			ごはん		ひじきとじゃこのふりかけは ミネラルのおおい ひじきと しらすほしに まぐろのあぶらづけや かつおぶしを いれて つくりまします。ごはんに かけてたべましよう。	523
	ぶたにくとやさいのしょうがに	ぶたにく		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			20.4
	れんこんサンドフライ	とりにく			れんこん、たまねぎ しいたけ	パンこ、こむぎこ	なたねあぶら		
	ひじきとじゃこのふりかけ	まぐろあぶらづけ かつおぶし	ひじき しらすほし	にんじん チンゲンサイ		さとう			

日 曜	こ ん だ て め い 献 立 名	おもに体をつくる食品		おもに体の調子を整える食品		おもにエネルギーになる食品		メ ッ セ ー ジ	エネ ルギー (kcal)	たん ばく 質(g)
		にく まめ まめ 豆	さかな たまご 卵 豆製品	ちゅう にゅう 牛乳・乳製品	うよく おおう しやく やさい 緑黄色野菜	た やさい その 他の野菜 くだもの 果物・きのこ	こめ 米・パン・めん			
23 木	ソフトめん		ぎゅうにゅう			ソフトめん		だ い ず い り ミ ー ト ソ ー ス に は こ ま か く き ざ ん だ だ い ず が は い っ て い ま す 。 だ い ず は 「 は た け の に く 」 と よ ば れ る く ら い た ん ば く し つ を お お く ふ っ く ン で い ま す 。	577	21.8
	だ い ず い り ミ ー ト ソ ー ス	ぶ た に く 、 だ い ず	だ っ し ふ ん に ゆ う	に ん じ ん	た ま ね ぎ 、 グ リ ン ピ ー ス	じ ゃ が い も 、 さ と う	ハ ヤ シ ル ウ			
	ア ス パ ラ ガ ス の サ ラ ダ			グ リ ン ア ス	キ ャ ベ ツ					
	た く じ ょ う フ レ ン チ ド レ ッ シ ン グ			パ ラ ガ ス	と う も ろ こ し		ド レ ッ シ ン グ			
24 金	ア セ ロ ラ ミ ニ ゼ リ ー					ゼ リ ー		え び し ん じ ょ は え び と し ろ み ざ か な を す り つ ぶ し た も の に 、 か た くり こ や だ し じ ろ を く わ え て つ っ く り ま す 。	491	20.6
	ご は ん		ぎゅうにゅう			ご は ん				
	え び し ん じ ょ じ ろ	と う ふ え び し ん じ ょ		チ ン ゲ ン サ イ に ん じ ん	え の き た け					
	チ キ ン た つ た あ げ	と り に く				こ む ぎ こ 、 で ん ぶ ん	な た ね あ ぶ ら			
27 月	わ か め と や さ い の ご ま ず あ え		わ か め	あ か パ ブ リ カ	き ゅ う り 、 と う も ろ こ し	さ と う	ご ま	ホ キ は た い ち ょ う 40cm か ら 100cm く ら い に な る お お き な さ か な な ず 。 き り み に し て フ ラ イ な ど に つ か わ れ ま す 。 た け の ご は ん の ぐ は ご は ん に ま ぜ て た べ ま し ょ う 。	494	22.4
	ご は ん		ぎゅうにゅう			ご は ん				
	あ さ り の み そ し ろ	あ さ り 、 と う ふ あ か み そ	わ か め	に ん じ ん は ね ぎ	は く さ い 、 し ろ ね ぎ					
	こ め こ ホ キ フ ラ イ の こ う み ソ ー ス かけ	ホ キ			レ モ ン か じ ゅ う	こ め こ 、 さ と う	な た ね あ ぶ ら			
28 火	た け の ご は ん の ぐ	と り に く		に ん じ ん	た け の こ 、 し た け	さ と う		た け の ご は ん の ぐ は ご は ん に ま ぜ て た べ ま し ょ う 。	484	21.0
	ご は ん		ぎゅうにゅう			ご は ん				
	じ ゃ が い も の そ ぼ ろ に	と り に く		に ん じ ん	こ ん に や く 、 た ま ね ぎ グ リ ン ピ ー ス	じ ゃ が い も さ と う				
	し そ い り は ん ぺ ん	さ か な す り み		し そ						
29 水	こ ん ぶ あ え		こ ん ぶ		き ゅ う り			じ ゃ が い も は 1 ね ん に 2 か い と れ ま す 。 3 が つ か ら 6 が つ ぐ ろ の も の を 「 し ん じ ゃ が 」 と い い 、 11 が つ か ら 12 が つ ぐ ろ の も の を 「 あ き じ ゃ が 」 と い い ま す 。	506	24.6
	か た ね ぎ チ ー ズ		チ ー ズ							
	わ か め ご は ん		ぎゅうにゅう わ か め			ご は ん				
	お や こ じ ろ	と り に く 、 た ま ご か ま ぼ こ 、 と う ふ		に ん じ ん こ ま つ な	し た け	で ん ぶ ん				
30 木	い わ し の し ょ う が に	い わ し			し ょ う が			も や し の し ゅ り い は お も に り ょ く と う も や し 、 プ ラ ッ ク マ ッ ペ も や し 、 だ い ず も や し で す 。 き ゅ う し ゅ く で は り ょ く と う も や し を つ か っ て い ま す 。	572	23.4
	も や し と キ ャ ベ ツ の お ひ た し				も や し 、 キ ャ ベ ツ	さ と う				
	あ い ち の ツ イ ス ト パ ン		ぎゅうにゅう			あ い ち の ツ イ ス ト パ ン				
	ご は ん		ぎゅうにゅう			ご は ん				
31 金	コ ー ン ス ー プ	ベ ー コ ン	ぎゅうにゅう	に ん じ ん	と う も ろ こ し た ま ね ぎ 、 グ リ ン ピ ー ス	じ ゃ が い も	バ タ ー ホ ワ イ ト ル ウ	あ い ち の ツ イ ス ト パ ン は 、 あ い ち け ん で つ っ く ら れ た 「 し ん ね あ か り 」 と い う こ む ぎ こ を つ か っ て つ っ く っ た パ ン で す 。	563	22.3
	と り に く の カ レ ー や き	と り に く			し ょ う が					
	あ お パ バ イ ヤ の サ ラ ダ			に ん じ ん	あ お パ バ イ ヤ 、 き ゅ う り					
	た く じ ょ う コ ー ル ス ロ ー ド レ ッ シ ン グ						ド レ ッ シ ン グ			
31 金	ご は ん		ぎゅうにゅう			ご は ん		き ゅ う の ぎ ょ う ざ に は あ い ち け ん さ ん の ぶ た に く や れ ん こ ん 、 に ん じ ん な ど の し ょ く ざ い が つ か わ れ て い ま す 。	514	13-20
	マ ー ボ ー ビ ー ン ズ	と う ふ 、 ぶ た に く だ い ず 、 あ か み そ		に ん じ ん は ね ぎ	た ま ね ぎ 、 し ょ う が に ん に く 、 し ろ ね ぎ	さ と う 、 で ん ぶ ん	こ め あ ぶ ら			
	あ い ち の あ げ ぎ ょ う ざ (2 こ)	ぶ た に く		に ん じ ん	た ま ね ぎ 、 れ ん こ ん	こ む ぎ こ	な た ね あ ぶ ら			
	ち ゅ う か あ え				も や し 、 キ ャ ベ ツ と う も ろ こ し	さ と う	ご ま あ ぶ ら			

給食の7つの目標

①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。



②日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。



③学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。



④食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであるということについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。



⑤食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。



⑥我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。



⑦食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。

おしらせ

材料は都合によりかわることがあります。
は、かみかみメニューです。
☆は、業者直送です。容器は園で処理してください。
まいつき19には「しよくいくのひ～おうちでごはんのひ～」です。



こんげつのきゅうしょくにとうじょうする「あじょうし」と「となりのし」でとれるたべもの



こめ だいず きゅうり チンゲンサイ



たまねぎ いちじく あかじそ



5月の献立表は、改元日前に作成しているため平成表記としています。



不要になったら、リサイクルへ
雑がみとして出してください。

安城市は東日本を中心に17都県で生産された青果物を対象に放射能検査を行っています。
検査結果につきましては市ホームページでご確認ください。
また、主な食材の産地につきましては安城市学校給食協会のホームページにてご覧いただけます。