

令和7年5月分予定献立表（小学校）

知立市学校給食センター

日曜	食器	献立	＜赤＞ おもに体をつくる もとになる食品		＜緑＞ おもに体の調子を整える もとになる食品		＜黄＞ おもにエネルギーの もとになる食品		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
			1群	2群	3群	4群	5群	6群		
			魚・肉・卵・ 大豆・大豆製品	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・いも・砂糖	油脂・種実		
			たんぱく質	無機質	ビタミン・無機質		炭水化物	脂質		
1 木	大皿	ごはん 牛乳 てづくりふりかけ	まぐろあぶらづけ かつおぶし	ぎゅうにゅう ちりめんじゃこ ひじき	にんじん	5月1日は八十八夜です。西尾市で 採れたてん茶が衣に入っています。		こめ さとう	ごま	649
	皿	こめこのてんちゃかきあげ	ちくわ		てんちゃ	たまねぎ どうもろこし	こめこ	あぶら	22.9	
	小	さわにわん	ぶたにく		にんじん みつば	ごぼう えのきたけ しいたけ たけのこ だいこん	今が旬です。			
		◎かしわもち	あずき きんときまめ				こめこ さとう			
2 金	大皿	ごはん 牛乳 しょくまるファイブ コロケ	ぎゅうにゅう				こめ			
	小	ひきずり	とりにく かまぼこ やきどうふ		にんじん はねぎ	たまねぎ	パンこ こむぎこ じゃがいも	あぶら	676	
	皿	ちりゅうしょくざいのひ ちりゅうだいずとくわかめの サラダ ごまドレッシング	チキンハム だいず	くきわかめ		こんにやく はくさい しろねぎ キャベツ どうもろこし	さとう	ドレッシング	23.5	
7 水	大皿	ごはん 牛乳 びびんバのぐ	ぶたにく	ぎゅうにゅう	チンゲンサイ	しいたけ にんにく もやし	こめ さとう	ごま ごまあぶら	603	
	皿	きんしたまご	たまご				さとう かたくりこ	あぶら	26.3	
	小	わかめスープ	ベーコン どうふ	わかめ	にんじん はねぎ	はくさい たまねぎ しろねぎ				
		◎ヨーグルト		ヨーグルト			さとう			
8 木	皿	サンドイッチパンズパン 牛乳		ぎゅうにゅう			パン			
	皿	メンチカツ とんかつソース	ぶたにく			たまねぎ	こむぎこ パンこ	あぶら	635	
	小	さんしょくやさいいため			にんじん ピーマン	キャベツ			23.4	
	大	ミネストローネ	ベーコン		トマト にんじん	セロリ たまねぎ	ライスマカロニ じゃがいも			
9 金	大皿	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		615	
	皿	さばのみそぎんがみやき	さば みそ				さとう		28.1	
	小	しんじゃがのそぼろに	とりにく はんぺん		にんじん さやいんげん	こんにやく たまねぎ	じゃがいも さとう			
	皿	せんざりやさいのこんぶあえ		こんぶ	にんじん	もやし きゅうり				
12 月	大皿	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		614	
	皿	あつやきたまご	たまご				さとう	あぶら	27.7	
	皿	はるやさいのにももの	とりにく なまあげ		にんじん さやいんげん	たけのこ	さとう	あぶら		
	小	ぶたじる	ぶたにく どうふ みそ	わかめ	にんじん はねぎ	だいこん しろねぎ ごぼう	さといも			
13 火	大皿	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		638	
	小	どうふのオイスターソースいため	どうふ ぶたにく		はねぎ にんじん	しろねぎ たまねぎ たけのこ きくらげ	さとう かたくりこ	ごまあぶら	27.8	
	皿	だいずとおからのしゅうまい(2こ)	ぶたにく おから だいず			たまねぎ	こむぎこ かたくりこ			
	皿	ちゅうかあえ	とりにく			キャベツ きゅうり	はるさめ さとう	ごまあぶら		
14 水	大皿	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		635	
	皿	ハンバーグのソースかけ	ぶたにく とりにく			たまねぎ	さとう かたくりこ	あぶら	21.7	
	皿	ツナポテトサラダ マヨドレッシング	まぐろあぶらづけ		にんじん	きゅうり	じゃがいも	ドレッシング		
	小	コンソメスープ	ウインナー		にんじん パセリ	たまねぎ キャベツ どうもろこし しめじ				

愛知県産の食材（5月分の予定）



こめ



こむぎ



ぎゅうにゅう



ぶたにく



とりにく



たまご



しらすぼし



だいず



みそ



おから



あおのり



きくらげ



たまねぎ



たけのこ



だいこん



しそ



みつば



セロリ



きゅうり



キャベツ



チンゲンサイ



こまつな



はくさい



てんちゃ

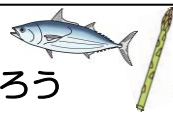
毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日～」です

※食材の都合により献立を変更する場合があります。
※献立名は主食・主菜・副菜の順になっています。◎は、業者配送です。
※★は、アレルギー対応食です。【 】内のアレルギーの除去食を提供します。
※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。



【5月学校給食献立月目標】

いろいろな食品を知ろう



日曜	食器	献立	＜赤＞ おもに体をつくる もとになる食品		＜緑＞ おもに体の調子を整える もとになる食品		＜黄＞ おもにエネルギーの もとになる食品		エネルギー (kcal)		
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	たんぱく質 (g)		
			魚・肉・卵・ 大豆・大豆製品	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・いも・砂糖	油脂・種実			
			たんぱく質	無機質	ビタミン・無機質		炭水化物	脂質			
15 木	皿	ちゅうかめん 牛乳		ぎゅうにゅう			ちゅうかめん		678		
	大	とんこつラーメンのしる	ぶたにく	わかめ	はねぎ にんじん	はくさい もやし しろねぎ			26.7		
	皿	にくだんごのあんからめ	とりにく			たまねぎ	さとう かたくりこ	あぶら			
16 金	小	★あんにんどうふ 【ぎゅうにゅう】		ぎゅうにゅう		パインアップル もも	さとう		609		
	大	むぎごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ むぎ				
	小	まめいりキーマカレー	ぶたにく レンズまめ ひよこまめ だいず		にんじん	たまねぎ	じゃがいも カレールウ				
	皿	バジルふうみのカラフルソテー	ウインナー		にんじん バジル あかピーマン	キャベツ とうもろこし		あぶら			
19 月	皿	オレンジ(生)				オレンジ			639		
	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ				
	皿	いかフライのレモンに	いか			レモン	こむぎこ パンこ さとう	あぶら			
	小	とうにゅうなべ	とりにく とうふ みそ とうにゅう		はねぎ にんじん	はくさい しめじ しろねぎ だいこん たまねぎ	さといも パンこ	あぶら			
20 火	皿	しそひじきあえ		ひじき	こなつな にんじん しそ	キャベツ	さとう		583		
	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ				
	皿	ガバオライスのぐ	とりにく		ピーマン バジル あかピーマン	たまねぎ しょうが にんにく		ごまあぶら			
	皿	ツナオムレツ	たまご			たまねぎ	さとう	あぶら			
21 水	小	しおふうみのやさいスープ	まぐろあぶらづけ ベーコン とうふ		にんじん チンゲンサイ	もやし きくらげ たけのこ			26.6		
	大	わかめごはん 牛乳		ぎゅうにゅう わかめ			こめ				
	皿	かつおとだいずのあげに	かつお だいず			しょうが	かたくりこ さとう	あぶら			
	皿	ごまゆかりあえ			しそ	キャベツ きゅうり		ごま			
22 木	小	なめことさんさいのみそしる	とうふ あぶらあげ みそ		にんじん	だいこん なめこ えのきたけ みず わらび			617		
	皿	こがたロールパン 牛乳		ぎゅうにゅう			パン				
	大	イタリアンスパゲッティ	ぶたにく		にんじん ピーマン トマト	たまねぎ マッシュルーム	スパゲッティ さとう				
	皿	スパイシーチキン	とりにく				こむぎこ パンこ	あぶら			
23 金	小	フルーツのアセロラゼリーあえ				もも パインアップル アセロラ	さとう		27.6		
	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ				
	皿	いわしのしょうがに	いわし			しょうが	さとう				
	小	★とうふのたまごとじ 【たまご】	ぶたにく とうふ かまぼこ たまご		にんじん みつば	たまねぎ しめじ	さとう				
26 月	皿	ゆでやさいサラダ わふうクリーミーレッシング			にんじん	キャベツ もやし きゅうり		ドレッシング	27.7		
	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ				
	皿	ぶたキムチどん のぐ	ぶたにく		にら	もやし はくさいキムチ	かたくりこ	ごまあぶら			
	皿	しらすいり おさかなカツ	たら	しらすばし あおのり		たまねぎ	かたくりこ こむぎこ パンこ さとう	あぶら			
27 火	小	もずくのしろみそしる	とりにく なまあげ みそ	もずく	にんじん はねぎ	はくさい しろねぎ	じゃがいも		29.3		
	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ				
	皿	とりにくのパンこやき	とりにく		バジル		パンこ	ドレッシング あぶら			
	皿	アスパラガスとじゃがいもの カレーいため	まぐろあぶらづけ		アスパラガス にんじん		じゃがいも	あぶら			
28 水	小	とうにゅうやさいスープ	ウインナー とうにゅう		にんじん パセリ	たまねぎ キャベツ とうもろこし だいこん			610		
	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ				
	皿	ハインチキンライスのぐ	とりにく			しょうが にんにく きゅうり	さとう かたくりこ	ごまあぶら			
	皿	ハインチキンライスの やさい			にんじん	はくさい	はるさめ				
29 木	小	★えびのちゅうかスープ 【えび】	ベーコン えび なまあげ		にんじん チンゲンサイ				588		
	小	ミニりんごゼリー				りんご	さとう				
	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ				
	皿	あおじそいりあじフライ	あじ		しそ		パンこ	あぶら			
30 金	小	はるだいこんとなまあげの しょうがに	ぶたにく なまあげ		にんじん さやいんげん	しょうが ごぼう だいこん たけのこ キャベツ	さとう かたくりこ		628		
	皿	たくあんのごまあえ				たくあんづけ		ごま			
	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ				
	小	すぶた	ぶたにく		にんじん ピーマン	しょうが たけのこ きくらげ たまねぎ ヤングコーン	かたくりこ さとう	あぶら			
今月の平均	皿	やきビーフン	ベーコン		にんじん こまつな	キャベツ	ビーフン	ごまあぶら	635		
	皿	れいどうスライスパインアップル				パインアップル	さとう				
	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	マグネシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミン			食物繊維 (g)	食塩 (g)
	629	25.4	28.0	355	84	3.2	A (μg)	B1 (mg)		B2 (mg)	C (mg)

令和7年5月分予定献立表（中学校）

知立市学校給食センター

日曜	食器	献立	＜赤＞ おもに体をつくる もとになる食品		＜緑＞ おもに体の調子を整える もとになる食品		＜黄＞ おもにエネルギーの もとになる食品		エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群		
			魚・肉・卵・ 大豆・大豆製品	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・いも・砂糖	油脂・種実		
			たんぱく質	無機質	ビタミン・無機質		炭水化物	脂質		
1 木	大皿	ごはん 牛乳 てづくりふりかけ		ぎゅうにゅう ちりめんじゃこ ひじき	にんじん	5月1日は八十八夜です。西尾市で 採れたてん茶が衣に入っています。		こめ さとう	ごま	810 27.6
	皿	こめこのてんちゃかきあげ	ちくわ		てんちゃ	たまねぎ どうもろこし	こめこ	あぶら		
	小	さわにわん	ぶたにく		にんじん みつば	ごぼう えのきたけ しいたけ たけのこ だいこん	今が旬です。			
	◎かしわもち		あずき きんときまめ			こめこ さとう				
2 金	大皿	ごはん 牛乳 しょくまるファイブ コロケ	食まるファイブのイラストが 衣に描かれています。		ぎゅうにゅう		たまねぎ	こめ	859 28.8	
	小	ひきずり	とりにく かまぼこ やきどうふ		にんじん はねぎ	こんにやく はくさい しろねぎ	さとう	あぶら		
	皿	ちりゅうしょくざいのひ ちりゅうだいずとくきわかめ のサラダ ごまドレッシング	チキンハム だいず	くきわかめ		キャベツ どうもろこし		ドレッシング		
7 水	大皿	ごはん 牛乳 びびんバのぐ	ぶたにく	ぎゅうにゅう	チンゲンサイ	しいたけ にんにく もやし	こめ さとう	ごま ごまあぶら	757 31.6	
	皿	きんしたまご	たまご				さとう かたくりこ	あぶら		
	小	わかめスープ	ベーコン どうふ	わかめ	にんじん はねぎ	はくさい たまねぎ しろねぎ				
	◎ヨーグルト			ヨーグルト			さとう			
8 木	皿	サンドイッチパンズパン 牛乳		ぎゅうにゅう			パン		785 28.4	
	皿	メンチカツ とんかつソース	ぶたにく			たまねぎ	こむぎこ パンこ	あぶら		
	小	さんしょくやさいいため			にんじん ピーマン	キャベツ				
	大	ミネストローネ	ベーコン		トマト にんじん	セロリ たまねぎ	ライスマカロニ じゃがいも			
9 金	大皿	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		783 33.9	
	皿	さばのみそぎんがみやき	さば みそ				さとう			
	小	しんじゃがのそぼろに	とりにく はんぺん		にんじん さやいんげん	こんにやく たまねぎ	じゃがいも さとう			
	皿	せんぎりやさいのこんぶあえ		こんぶ	にんじん	もやし きゅうり				
12 月	大皿	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		780 33.9	
	皿	あつやきたまご	たまご				さとう	あぶら		
	皿	はるやさいのにももの	とりにく なまあげ		にんじん さやいんげん	たけのこ	さとう	あぶら		
	小	ぶたじる	ぶたにく どうふ みそ	わかめ	にんじん はねぎ	だいこん しろねぎ ごぼう	さといも			
13 火	大皿	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		835 35.4	
	小	どうふのオイスターソースいため	どうふ ぶたにく		はねぎ にんじん	しろねぎ たまねぎ たけのこ きくらげ	さとう かたくりこ	ごまあぶら		
	皿	だいずとおからのしゅうまい(3こ)	ぶたにく おから だいず			たまねぎ	こむぎこ かたくりこ			
	皿	ちゅうかあえ	とりにく			キャベツ きゅうり	はるさめ さとう	ごまあぶら		
14 水	大皿	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		805 26.1	
	皿	ハンバーグのソースかけ	ぶたにく とりにく			たまねぎ	さとう かたくりこ	あぶら		
	皿	ツナポテトサラダ マヨドレッシング	まぐろあぶらづけ		にんじん	きゅうり	じゃがいも	ドレッシング		
	小	コンソメスープ	ウインナー		にんじん パセリ	たまねぎ キャベツ どうもろこし しめじ				

愛知県産の食材（5月分の予定）



こめ



こむぎ



ぎゅうにゅう



ぶたにく



とりにく



たまご



しらすぼし



だいず



みそ



おから



あおのり



きくらげ



たまねぎ



たけのこ



だいこん



しそ



みつば



セロリ



きゅうり



キャベツ



チンゲンサイ



こまつな



はくさい



てんちゃ

毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日～」です

※食材の都合により献立を変更する場合があります。
※献立名は主食・主菜・副菜の順になっています。◎は、業者配送です。
※★は、アレルギー対応食です。【 】内のアレルギーの除去食を提供します。
※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。



【5月学校給食献立月目標】

いろいろな食品を知ろう



日曜	食器	献立	＜赤＞ おもに体をつくる もとになる食品		＜緑＞ おもに体の調子を整える もとになる食品		＜黄＞ おもにエネルギーの もとになる食品		エネルギー (kcal)				
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	たんぱく質 (g)				
			魚・肉・卵・ 大豆・大豆製品	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・いも・砂糖	油脂・種実					
			たんぱく質	無機質	ビタミン・無機質		炭水化物	脂質					
15 木	皿 ちゅうかめん 牛乳		ぎゅうにゅう			ちゅうかめん		820					
	大 とんこつラーメンのしる	ぶたにく	わかめ	はねぎ にんじん	はくさい もやし しろねぎ			31.5					
	皿 にくだんごのあんからめ	とりにく			たまねぎ	さとう かたくりこ	あぶら						
	小 ★あん・こんどうふ 【ぎゅうにゅう】		ぎゅうにゅう		パインアップル もも	さとう							
16 金	大 むぎごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ むぎ		825					
	小 まめいりキーマカレー	ぶたにく レンズまめ ひよこまめ だいず		にんじん	たまねぎ	じゃがいも カレールウ		28.8					
	皿 バジルふうみのカラフルソテー	ウインナー		にんじん バジル あかピーマン	キャベツ とうもろこし		あぶら						
	皿 オレンジ(生)				オレンジ								
19 月	大 ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		821					
	皿 いかフライのレモンに	いか			レモン	こむぎこ パンこ さとう	あぶら						
	小 とうにゅうなべ	とりにく とうふ みそ とうにゅう		はねぎ にんじん	はくさい しめじ しろねぎ だいこん たまねぎ	さといも パンこ	あぶら						
	皿 しそひきあえ		ひじき	こなつな にんじん しそ	キャベツ	さとう							
20 火	大 ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		738					
	皿 ガバオライスのぐ		とりにく	ピーマン バジル あかピーマン	たまねぎ しょうが にんにく		ごまあぶら						
	皿 ツナオムレツ		たまご		たまねぎ	さとう	あぶら						
	小 しおふうみのやさしいスープ	まぐろあぶらづけ ベーコン とうふ		にんじん チンゲンサイ	もやし きくらげ たけのこ								
21 水	大 わかめごはん 牛乳		ぎゅうにゅう わかめ			こめ		796					
	皿 かつおのだいずのあげに	かつお だいず			しょうが	かたくりこ さとう	あぶら						
	皿 ごまゆかりあえ			しそ	キャベツ きゅうり		ごま						
	小 なめことさんさいのみそしる	とうふ あぶらあげ みそ		にんじん	だいこん なめこ えのきたけ みず わらび								
22 木	皿 こがたロールパン 牛乳		ぎゅうにゅう			パン		789					
	大 イタリアンスパゲッティ	ぶたにく		にんじん ピーマン トマト	たまねぎ マッシュルーム	スパゲッティ さとう							
	皿 スパイシーチキン	とりにく			こむぎこ パンこ	あぶら							
	小 フルーツのアセロラゼリーあえ				もも パインアップル アセロラ	さとう	36.0						
23 金	大 ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		854					
	皿 いわしのしょうがに	いわし			しょうが	さとう							
	小 ★とうふのたまごとじ 【たまご】	ぶたにく とうふ かまぼこ たまご		にんじん みつば	たまねぎ しめじ	さとう							
	皿 ゆでやさしいサラダ わふうクリーミーレッシング			にんじん	キャベツ もやし きゅうり		ドレッシング						
26 月	大 ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		819					
	皿 ぶたキムチどん のぐ	ぶたにく	にら		もやし はくさいキムチ	かたくりこ	ごまあぶら						
	皿 しらすいり おさかなカツ	たら	しらすばし あおのり		たまねぎ	かたくりこ こむぎこ パンこ さとう	あぶら						
	小 もずくのしろみそしる	とりにく なまあげ みそ	もずく	にんじん はねぎ	はくさい しろねぎ	じゃがいも	34.6						
27 火	大 ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		754					
	皿 とりにくのパンこやき	とりにく		バジル		パンこ	ドレッシング あぶら						
	皿 アスパラガスとじゃがいもの カレーいため	まぐろあぶらづけ		アスパラガス にんじん		じゃがいも	あぶら						
	小 とうにゅうやさしいスープ	ウインナー とうにゅう		にんじん パセリ	たまねぎ キャベツ とうもろこし だいこん		27.1						
28 水	大 ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		749					
	皿 ハイナンチキンライスのぐ	とりにく			しょうが にんにく きゅうり	さとう かたくりこ	ごまあぶら						
	皿 ハイナンチキンライスの やさしい			にんじん									
	小 ★えびのちゅうかスープ 【えび】	ベーコン えび なまあげ		にんじん チンゲンサイ	はくさい	はるさめ	31.2						
29 木	大 ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		810					
	皿 あおじそいりあじフライ	あじ		しそ		パンこ	あぶら						
	小 はるだいこんとなまあげの しょうがに	ぶたにく なまあげ		にんじん さやいんげん	しょうが ごぼう だいこん たけのこ	さとう かたくりこ							
	皿 たくあんのごまあえ				キャベツ たくあんづけ		ごま						
30 金	大 ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		813					
	小 すぶた	ぶたにく		にんじん ピーマン	しょうが たけのこ きくらげ たまねぎ ヤングコーン	かたくりこ さとう	あぶら						
	皿 やきビーフン	ベーコン		にんじん こまつな	キャベツ	ビーフン	ごまあぶら						
	皿 れいとうスライスパインアップル				パインアップル	さとう	27.3						
今月の平均		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (摂取エネルギーの%)	カルシウム (mg)	マグネシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミン			食物繊維 (g)	食塩 (g)	
		800	31.2	26.3	405	105	4.3	A (μg)	B1 (mg)	B2 (mg)	C (mg)	5.4	2.5