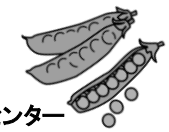
令和7年5月分　予定献立表



形態食

刈谷市学校給食センター

日／曜	献立名（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 たんぱく質 魚・肉・卵 豆・豆製品	赤 主に体の組織をつくる食品 無機質 牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑 主に体の調子を整える食品 ビタミン 緑黄色野菜	緑 主に体の調子を整える食品 ビタミン その他の野菜 果物・きのこ	黄 主にエネルギーになる食品 炭水化物 米・パン・めん 芋・砂糖	黄 主にエネルギーになる食品 脂質 油脂・種実類
1 木	ご飯　牛乳　八十八夜献立		飲用牛乳			こめ	
	ちくわのてん茶揚げ	ちくわ		てんちゃ		こむぎこ	こめあぶら
	じゃが芋のそぼろ煮	ぶたにく		にんじん	こんにゃく たまねぎ えだまめ しめじ	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		
2 金	たけのこご飯（ご飯・具）　牛乳　こどもの日献立	とりにく	飲用牛乳	にんじん さやいんげん	たけのこ ほししいたけ	こめ さとう	こめあぶら
	あじフリッター（２個）	あじ	おきあみ あおさ			こむぎこ	こめあぶら
	新じゃが芋とわかめのみそ汁	あわせみそ	わかめ		キャベツ たまねぎ えのきたけ	じゃがいも	
	子どもの日ゼリー					こどものひゼリー	
7 水	黒ロールパン　牛乳		飲用牛乳			くろロールパン	
	鶏肉と大豆のトマト煮	とりにく だいず		にんじん トマト	たまねぎ	じゃがいも さとう	
	アスパラとベーコンのソテー	ベーコン		グリーンアスパラガス	しめじ たまねぎ にんにく		オリーブオイル
	フルーツのはちみつレモンゼリーあえ				おうとう	はちみつレモンゼリー	
8 木	ご飯　牛乳		飲用牛乳			こめ	
	カレーシチュー	ぶたにく		にんじん	たまねぎ しょうが にんにく	じゃがいも	カレールウ
	鶏肉のハーブ焼き	とりにく		バジル パセリ			
	コールスロー				キャベツ きゅうり とうもろこし		ドレッシング
	プチりんごゼリー					ゼリー	
9 金	ご飯　牛乳		飲用牛乳			こめ	
	春巻き	ぶたにく		にんじん にら	キャベツ もやし エリンギ	はるまきのかわ	こめあぶら
	新玉ねぎの中華スープ	とうふ かまぼこ		チンゲンサイ	たまねぎ キャベツ ほししいたけ		
	チャプチェ	ぶたにく		にんじん さやいんげん	たけのこ にんにく	はるさめ さとう	こめあぶら ごま ごまあぶら
12 月	ご飯　牛乳　住吉小学校６年生 山下 昇真さんの 我が家のじまん料理です		飲用牛乳			こめ	
	かぼちゃコロッケ	ぶたにく		かぼちゃ	たまねぎ	じゃがいも マッシュポテト パンこ でんぷん	こめあぶら
	キャベツたっぷり豆乳みそ汁	はんぺん とうにゅう あわせみそ		ねぎ	キャベツ たまねぎ だいこん えのきたけ		
	◆ご飯がすすむ!!人じんとピーマンのごま油いため	ぶたにく		にんじん ピーマン		さとう	ごま ごまあぶら
13 火	ご飯　牛乳		飲用牛乳			こめ	
	野菜はんぺんのお好みソース	たら いか	あおのり		キャベツ ねぎ しょうが	こむぎこ さとう でんぷん	こめあぶら
	五目煮	とりにく だいず なまあげ		さやいんげん にんじん	こんにゃく ほししいたけ	じゃがいも さとう	
	小松菜ともやしの和風サラダ			こまつな	もやし		ドレッシング
14 水	肉うどん（白玉うどん・汁）　牛乳	ぶたにく	飲用牛乳	にんじん こまつな	しょうが たまねぎ ほししいたけ	しらたまうどん さとう	
	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
	大根ときゅうりの三杯酢		わかめ		だいこん きゅうり	さとう	
15 木	ご飯　牛乳		飲用牛乳			こめ	
	コーンしゅうまい（２個）	たら とうふ			とうもろこし たまねぎ	しゅうまいのかわ	
	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	たまねぎ しょうが にんにく	さとう でんぷん	ごまあぶら
	チンゲンサイともやしのサラダ			チンゲンサイ あかパプリカ	もやし		ごま ドレッシング
16 金	チキンライス（ご飯・具）　牛乳	とりにく	飲用牛乳	にんじん	たまねぎ とうもろこし	こめ	
	白身魚の香草焼き	たら		バジル			こめあぶら
	野菜とウインナーのコンソメ煮	ポークウインナー		にんじん	キャベツ たまねぎ しめじ	じゃがいも	

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 旬の料理

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。

毎月19日は食育の日

《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

19 月	ご飯　牛乳		飲用牛乳			こめ	
	旬愛知県産キャベツ入りメンチカツ（地元の旬を味わう日）	ぎゅうにく ぶたにく			愛知県産キャベツ たまねぎ	パンこ こむぎこ	こめあぶら
	豚肉と野菜のしょうが煮	ぶたにく ちくわ		にんじん こまつな	こんにゃく しょうが たまねぎ	じゃがいも さとう	
	切り干し大根のごま酢あえ			チンゲンサイ	きりぼしだいこん きゅうり	さとう	ごま
20 火	ご飯　牛乳		飲用牛乳			こめ	
	さばのみそ煮	さば みそ					
	カレー味の肉じゃが	ぶたにく		にんじん さやいんげん	こんにゃく たまねぎ	じゃがいも さとう	カレールウ
	ひじきサラダ		ひじき		えだまめ とうもろこし	さとう	ドレッシング
21 水	スライスパン　牛乳		飲用牛乳			スライスパン	
	ハンバーグのトマトソースかけ	ぶたにく とりにく		トマトソース	たまねぎ	さとう	こめあぶら
	枝豆のクリームスープ		ぎゅうにゅう だっしふんにゅう	パセリ	たまねぎ えだまめ	じゃがいも	ベシャメルソース
	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
	いちごジャム					いちごジャム	
22 木	ご飯　牛乳		飲用牛乳			こめ	
	えびカツ	えび たら			たまねぎ	パンこ こむぎこ	こめあぶら
	高野豆腐のいり煮	ぶたにく こうやどうふ		にんじん さやいんげん	たまねぎ こんにゃく ごぼう	じゃがいも さとう	
	キャベツの昆布あえ		こんぶ		キャベツ		ごまあぶら
23 金	ご飯　牛乳		飲用牛乳			こめ	
	鶏肉とレバーの黒酢がらめ	とりレバー とりにく			しょうが	でんぷん さとう	こめあぶら
	チンゲンサイと生揚げの中華煮	ぶたにく なまあげ		チンゲンサイ にんじん	はくさい たまねぎ しめじ	でんぷん	ごまあぶら
	野菜とくだものゼリー					ゼリー	
26 月	ご飯　牛乳		飲用牛乳			こめ	
	いわしの煮付け	いわし			しょうが		
	野菜のみそいため	ぶたにく なまあげ まめみそ		にんじん ピーマン	たまねぎ キャベツ にんにく しょうが	さとう でんぷん	こめあぶら
	きゅうりとコーンの和風サラダ		わかめ		きゅうり とうもろこし		
27 火	ご飯　牛乳		飲用牛乳			こめ	
	ハヤシシチュー	ぶたにく		にんじん トマト	たまねぎ しめじ		ハヤシルウ
	ほうれん草入りオムレツ	たまご		ほうれんそう			
	ポテトサラダ			にんじん	きゅうり	じゃがいも	ドレッシング
28 水	豆乳ちゃんぽん（ラーメン・スープ）　牛乳	ぶたにく かまぼこ とうにゅう	飲用牛乳	チンゲンサイ にんじん	キャベツ たまねぎ しょうが にんにく	ラーメン でんぷん	ごまあぶら
	ごぼう入りつくね（２個）	とりにく			たまねぎ ごぼう しょうが		
	きゅうりと青菜のナムル		のり	こまつな	きゅうり		ごま ごまあぶら
29 木	ご飯　牛乳		飲用牛乳			こめ	
	ささみフライ	とりにく				パンこ こむぎこ でんぷん	こめあぶら
	じゃが芋と生揚げの煮物	ぶたにく なまあげ		にんじん こまつな	たまねぎ ほししいたけ	じゃがいも さとう	
	切り干し大根としらすのふりかけ（給食センターの手作りのふりかけです）		しらすぼし	だいこんば あおじそ	きりぼしだいこん	さとう	ごまあぶら
30 金	ご飯　牛乳		飲用牛乳			こめ	
	ビビンバの具	ぶたにく		チンゲンサイ	もやし にんにく ほししいたけ	さとう	ごま ごまあぶら
	野菜しゅうまい（２個）	たら		にんじん	たまねぎ とうもろこし エリンギ しめじ ひらたけ しょうが	しゅうまいの皮	
	わかめスープ	ベーコン とうふ	わかめ	ねぎ	たまねぎ とうもろこし	はるさめ	ごまあぶら

愛知県産の食材（今月の予定）	主食(こめ(刈谷市産) こむぎ) 飲用牛乳 あおじそ さやいんげん こまつな チンゲンサイ にんじん ねぎ パセリ キャベツ きゅうり だいこん たまねぎ はくさい ぶたにく しらすぼし たけのこ のり てんちゃ だいず まめみそ とうにゅう きりぼしだいこん ほししいたけ

地元の旬を味わう日

今月の旬は「キャベツ」です

キャベツ　地元：東三河地域（田原市、豊橋市）　旬の時期：10月から6月

愛知県のキャベツの出荷量は全国1位です。愛知県では、温暖な気候や用水が整備された立地条件をいかして東三河地域を中心に生産されています。キャベツは、葉の巻きがゆるい「春系キャベツ」と、玉が硬く締まった「冬系キャベツ」に分けられます。春系は柔らかく味が良いため生食用に向き、冬系は硬く締まって煮くずれせず、加熱すると甘みが増すことから調理用に向いています。