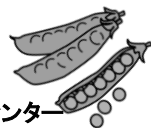


# 令和7年5月分 予定献立表



特別支援学校

刈谷市学校給食センター

日 ／ 曜	献立名 <small>ごはん 牛乳 主菜 副菜 其他の順</small>	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 (g)
		たんぱく質	無機質	ビタミン		炭水化物	脂質		
		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 木	ごはん 牛乳 <b>八十八夜献立</b>		飲用牛乳			こめ		小 中高	
	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	606	666
	じゃが芋のそぼろ煮	ぶたにく		にんじん	こんにやく たまねぎ えだまめ しめじ	じゃがいも さとう		22.4	24.6
	キャベツの赤じそあえ			あかじそ	キャベツ				
2 金	たけのこごはん 牛乳 (麦ごはん・具) <b>こどもの日献立</b>	とりにく あぶらあげ	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 おおむぎ さとう	こめあぶら	635	698
	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	21.9	24.0
	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			
	子どものひゼリー					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		601	661
	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		24.8	27.2
	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 パイナップル	はちみつレモンゼリー			
8 木	ごはん 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	カレールー	654	719
	鶏肉のハーブ焼き	とりにく		バジル パセリ				24.8	27.2
	コールスロー 刈谷市産ミニトマト				キャベツ きゅうり とうもろこし 刈谷市産ミニトマト		ドレッシング		
9 金	ごはん 牛乳		飲用牛乳			こめ			
	春巻き	ぶたにく		にんじん いら	キャベツ もやし エリンギ	はるまきのかわ	こめあぶら	602	662
	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			21.0	23.1
	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	ごはん 牛乳		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	596	655
	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			19.5	21.4
	◆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	ごはん 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	あおのに		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	585	643
	五目煮	とりにく だいず なまあげ		さやいんげん にんじん	こんにやく ほししいたけ	じゃがいも さとう		23.5	25.8
	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	ごはん 牛乳		飲用牛乳			こめ			
	肉うどん (白玉うどん・汁)	ぶたにく あぶらあげ	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		605	665
	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	25.2	27.7
	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	ごはん 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		669	735
	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	29.4	32.3
	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	ごはん 牛乳		飲用牛乳			こめ			
	チキンライス (麦ごはん・具)	とりにく	飲用牛乳	にんじん	たまねぎ とうもろこし	こめ おおむぎ		572	629
	白身魚の香草焼き	たら		バジル			こめあぶら	25.1	27.6
	野菜とウインナーのコンソメ煮	ポークウイナー		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 ㊦ 旬の料理 エネルギー基準値 650キロカロリー 715キロカロリー たんぱく質基準値 26.8グラム 29.4グラム

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》



特別支援学校

19月	ご飯	牛乳	飲用牛乳			こめ							
	愛知県産キャベツ入りメンチカツ					愛知県産キャベツ たまねぎ	パンこ こむぎこ	こめあぶら	675	742			
	豚肉と野菜のしょうが煮					こんにやく しょうが たまねぎ	じゃがいも さとう		22.7	24.9			
	切り干し大根のごま酢あえ				チンゲンサイ	きりしまだいこん きゅうり	さとう	ごま					
20火	ご飯	牛乳	飲用牛乳			こめ							
	たらのみそマヨ銀紙焼き					さとう	ドレッシング	640	704				
	カレー味の肉じゃが					こんにやく たまねぎ	じゃがいも さとう	27.7	30.4				
	ひじきサラダ					えだまめ とうもろこし	さとう	ドレッシング					
21水	ご飯	牛乳	飲用牛乳			こめ							
	ハンバーグのトマトソースかけ					さとう	こめあぶら	702	772				
	枝豆のクリームスープ					じゃがいも	ベシヤメルソース	30.1	33.1				
	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					たまねぎ	パンこ こむぎこ	こめあぶら	611	672			
	高野豆腐のいり煮					たまねぎ こんにやく ごぼう	じゃがいも さとう	26.4	29.0				
	キャベツの昆布あえ					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					しょうが	でんぶん さとう	こめあぶら	628	690			
	チンゲンサイと生揚げの中華煮					チンゲンサイ にんじん	はくさい たまねぎ しめじ	でんぶん	25.8	28.3			
	オレンジ					オレンジ		ごまあぶら					
26月	ご飯	牛乳	飲用牛乳			こめ							
	いわしの煮付け					しょうが			635	698			
	野菜のみそいため					にんじん ビーマン	たまねぎ キャベツ にんにく しょうが	さとう でんぶん	27.1	29.8			
	きゅうりとコーンの和風サラダ					きゅうり とうもろこし		こめあぶら					
27火	ご飯	牛乳	飲用牛乳			こめ							
	金芽玄米ご飯					こめ げんまい			635	698			
	ハヤシチュー							ハヤシルウ					
	ほうれん草入りオムレツ							23.6	25.9				
	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	ご飯	牛乳	飲用牛乳			こめ							
	豆乳ちゃんぽん (ラーメン・スープ)					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 でんぶん	ごまあぶら	623	685		
	ごぼう入りつくね(2個)						たまねぎ ごぼう しょうが		29.3	32.2			
	きゅうりと青菜のナムル					のり		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						パンこ こむぎこ でんぶん	こめあぶら	660	726			
	じゃが芋と生揚げの煮物						じゃがいも さとう	29.9	32.8				
	切り干し大根としらすのうめふりかけ					だいこんば あおじそ	きりしまだいこん うめ	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						もやし にんにく ほししいたけ	さとう	ごま ごまあぶら	614	675		
	野菜しゅうまい(2個)						たまねぎ とうもろこし エリンギ しめじ	しゅうまいの皮	26.2	28.8			
	わかめスープ					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 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  
(今月の予定) たまねぎ はくさい ぶたにく しらすばし たけのこ のり てんちゃ たいず まめみそ とうもろこし きりしまだいこん ほししいたけ

じもと しゅん あじ ひ  
地元の旬を味わう日

こんげつ しゅん  
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。