



# 5月 中学校給食献立表

春日井市教育委員会  
学校給食課

今月の献立目標 新緑の季節にとれる食べ物を味わおう

日 曜	献立名	主な材料とその働き					
		赤 体をつくる		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる	
		1群 魚・肉・卵・大豆など タンパク質	2群 牛乳・小魚・海藻など 無機質	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物・きのこ ビタミン・無機質	5群 米・パン・めん・いもなど 炭水化物	6群 油脂・種実など 脂質
1 木	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	高野豆腐の卵とじ	卵 鶏肉 高野豆腐		にんじん さやいんげん	たまねぎ	じゃがいも 砂糖	
	ちくわのお茶天ぷら(3個)	ちくわ		お茶の粉		小麦粉 でん粉	米油
2 金	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	わかたけ汁	豆腐 鶏肉	わかめ	にんじん	たけのこ はくさい 大根 ねぎ しいたけ		
	かつおフライ	かつお				パン粉	米油
	ゆかりふりかけ かしわもち			赤しそ		砂糖	
① 7 水	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	スタミナ汁	豆腐 豚肉 油揚げ 合わせみそ		にんじん	たまねぎ ねぎ にんにく	じゃがいも	
	まぐろの甘辛煮	まぐろ油漬け			キャベツ しょうが	砂糖	
	きざみたくあん 手巻きのり		のり		大根	砂糖	
8 木	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	ひき肉と刻み野菜のピリ辛煮	豚肉 大豆		にんじん	たまねぎ とうもろこし 枝豆 ねぎ しょうが にんにく	砂糖	ごま油
	ごぼうサラダ	鶏肉		にんじん	きゅうり ごぼう	砂糖	ドレッシング
9 金	サンドイッチロールパン 牛乳		牛乳			パン	
	春野菜のスープ煮	鶏肉		にんじん	キャベツ たまねぎ エリンギ	じゃがいも	
	スラッピージョー	豚肉 牛肉		ピーマン	たまねぎ マッシュルーム	レンズ豆 パン粉 砂糖	
12 月	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	けんちん汁	豆腐 油揚げ		にんじん	大根 こんにゃく ごぼう ねぎ	さといも	ごま油
	さば銀紙焼き	さば みそ				砂糖	
	アセロラゼリー				アセロラ	砂糖	
13 火	クロスロールパン はっこう乳		はっこう乳			パン	
	じゃがいもスープ	鶏肉	牛乳 生クリーム	にんじん パセリ	たまねぎ マッシュルーム	じゃがいも	バター
	ホキフライのトマトソースかけ	ホキ		トマト 黄パプリカ 赤パプリカ にんじん	ズッキーニ たまねぎ	米粉 砂糖	米油
14 水	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	八宝菜	いか うずら卵 豚肉		にんじん チンゲンサイ	キャベツ たまねぎ たけのこ	でん粉 砂糖	ごま油
	春雨サラダ	チキンハム			きゅうり もやし とうもろこし	はるさめ 砂糖	ごま油
	いわしの干し小魚		いわし			砂糖 水あめ	
15 木	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	筑前煮	鶏肉 さつま揚げ		にんじん さやいんげん	ごぼう こんにゃく れんこん しいたけ	じゃがいも 砂糖	
	三色あえ	まぐろ油漬け		小松菜 にんじん	もやし 切り干し大根	砂糖	白ごま
	のり佃煮		のり			水あめ 砂糖	
16 金	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	トッポギスープ	鶏肉	わかめ	にんじん	たまねぎ とうもろこし	トッポギ	
	ブルコギ	牛肉		黄パプリカ にんじん	たまねぎ ねぎ にんにく	砂糖 でん粉	白ごま ごま油
	きらず揚げ	おから				小麦粉 砂糖	菜種油
19 月	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	さわにわん	豚肉 かまぼこ		にんじん みつば	たけのこ ごぼう	ながいも	
	生揚げの肉味噌かけ	生揚げ 鶏肉 豆みそ		にんじん	たまねぎ	砂糖 でん粉	
	型抜きチーズ		チーズ				
20 火	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	えがのおのカレーシチュー	豚肉		にんじん	たまねぎ マッシュルーム にんにく	じゃがいも カレールウ	
	アスパラガスのサラダ	まぐろ油漬け		アスパラガス	キャベツ とうもろこし きゅうり	砂糖	サラダ油
	ブルーン				ブルーン		

① 都合により献立を変更する場合があります。 ② すべての食材を表記しているものではありません。 ③ 主食となるめん類は前日に製造しています。  
④ トマークは、食缶・フライ缶のおかず、特定原材料8品目（卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生・くるみ）を使用していない献立です（調味料を除く）。

日 曜	5月 献立名	主な材料とその働き					
		赤 体をつくる		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる	
		1群 魚・肉・卵・大豆など タンパク質	2群 牛乳・小魚・海藻など 無機質	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物・きのこ ビタミン・無機質	5群 米・パン・めん・いもなど 炭水化物	6群 油脂・種実など 脂質
㊦ 21 水	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	麦みそのみそ汁	豆腐 豚肉 麦みそ		にんじん 小松菜	大根 えのきたけ	じゃがいも	
	ふきごはんの具	鶏肉		にんじん	こんにゃく ふき ごぼう ぶなしめじ	砂糖	
	豆乳プリンタルト	豆乳				砂糖 米粉	ショートニング
22 木	中華めん 牛乳		牛乳			中華めん	
	しょうゆラーメンの汁	豚肉 なんと	わかめ	にんじん	もやし ねぎ とうもろこし たけのこ		ごま油
	鶏肉のおろしだれかけ	鶏肉			大根	砂糖 でん粉	米油
23 金	わかめごはん 牛乳		牛乳 わかめ			米	
	肉じゃが	豚肉		にんじん	たまねぎ こんにゃく グリーンピース	じゃがいも 砂糖	
	おひたし	かまぼこ	しらす干し	にんじん ほうれん草	もやし キャベツ	砂糖	白ごま
	バナナチップス				バナナ	砂糖	ココナッツ油
㊦ 26 月	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	じゃがいもだんご汁	かまぼこ		にんじん	たまねぎ ねぎ しいたけ	じゃがいも でん粉	
	いろどりいため	豚肉		にんじん 黄パプリカ	たまねぎ 枝豆 しょうが にんにく	砂糖 でん粉	米油
27 火	冷凍パイナップル				パイナップル		
	レーズンロールパン 牛乳		牛乳		レーズン	パン	
	大豆とチキンのトマト煮	大豆 鶏肉		にんじん トマト	たまねぎ セロリ にんにく	じゃがいも 砂糖	
28 水	ツナサラダ	まぐろ油漬け		ブロッコリー にんじん	キャベツ きゅうり とうもろこし	砂糖	オリーブ油
	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	五目汁	豆腐 豚肉		にんじん 小松菜	大根 しいたけ		
29 木	きびなごの南蛮漬け	きびなご		黄パプリカ にんじん	たまねぎ しょうが	米粉 砂糖	米油
	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	豚汁	豆腐 豚肉 豆みそ		にんじん	大根 ねぎ	さといも	
	ひじき入り親子そぼろ	卵 鶏肉	ひじき	にんじん	たまねぎ 枝豆	砂糖	
30 金	フローズンヨーグルト		ヨーグルト				
	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	生揚げの中華飯の具	生揚げ うずら卵 豚肉		にんじん	たまねぎ キャベツ たけのこ しょうが にんにく	砂糖 でん粉	ごま油
パンバンジーサラダ	鶏肉		にんじん	きゅうり キャベツ	砂糖	白ごま ごま油	

八十八夜

1日(木) ちくわのお茶天ぷら



新茶をつむ5月上旬は茶畑の最盛期です。文部省唱歌「茶つみ」で歌われる「夏も近づく八十八夜」がこの頃で、立春から数えてちょうど88日目のことです。この時期にとるお茶のことを一番茶(新茶)と呼んでいます。

新緑の季節にとれる食べ物

春から夏になるこの時期は、新しい葉が芽吹き、きれいな緑色に変わってきます。そんな新緑の季節にとれる食べ物を今月の給食に多く使用しています。

【使用する旬の食材】お茶・かつお・たまねぎ・アスパラガス・たけのこ・

ごぼう・キャベツ・じゃがいも など



きびなご



28日(水) きびなごの南蛮漬け

体長10cmほどの小さな魚で、帯状のしま模様が特徴です。鹿児島県でよくとれる魚で、方言で帯のことを「きび」、小魚のことを「なご」と呼ぶことからきびなごと呼ばれるようになったそうです。

<学校給食費の納期限等のお知らせ>

単価	対象月	納期限・口座振替日	予定金額	給食日数
340円 (保護者負担額285円)	3月分	令和7年4月30日(水)	3,705円	13日
350円 (保護者負担額285円)	4月分	令和7年6月2日(月)	3,705円	13日

※ 口座への入金、納期限(口座振替日)の前日までにお願いします。  
 ※ 給食提供日の4日前(土日祝休日等を除く)までに、欠席等により給食を食べない旨、学校に連絡がない場合は、給食費を請求させていただきます。

眼科 / 小児眼科  
  
**平田眼科**  
 TEL.0568-84-6638  
 19号沿い 清水屋東