




5月 小学校給食こんだて表

春日井市教育委員会
学校給食課

今月のこんだて目標 **新緑の季節にとれる食べ物を味わおう**

端午の節句

日 曜	こんだて名	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 たんぱく質	2群 無機質	3群 ビタミン・無機質	4群 ビタミン・無機質	5群 炭水化物	6群 脂質
1 金	ごはん ぎゅうにゅう わかたけ ちくわのおちやてんぷら(2こ) もやしのごまじょうゆあえ かしわもち	とりにく あぶらあげ ちくわ はなかつお	ぎゅうにゅう わかめ  はちじゅうはちや 八十八夜	にんじん おちやのこな	たけのこ はくさい ねぎ しいたけ もやし	こめ こむぎこ でんぷん あずき こめこ さとう	こめあぶら しろごま ごまあぶら
7 木	げんまいごはん ぎゅうにゅう えがおのカレーシチュー きりほしだいこんサラダ フローズンヨーグルト	ぶたにく とりにく	ぎゅうにゅう ヨーグルト	にんじん にんじん	たまねぎ にんにく マッシュルーム きゅうり とうもろこし きりほしだいこん	こめ じゃがいも カレールウ さとう	しろごま たまごなし マヨネーズ
8 金	ごはん ぎゅうにゅう ふきいりちくぜんに あいちの れんこんいりつくね(2こ) きゅうりのおこんがあえ むぎごはん ぎゅうにゅう	とりにく さつまあげ とりにく	ぎゅうにゅう こんぶ	にんじん にんじん	ごぼう こんにゃく たけのこ しいたけ れんこん たまねぎ きゅうり	こめ じゃがいも さとう さとう	
11 月	ぶたじる まぐろのあまからに きざみたくあん てまきのり	とうふ ぶたにく まめみそ まぐろあぶらづけ	ぎゅうにゅう	にんじん	だいこん ごぼう こんにゃく ねぎ キャベツ しょうが だいこん	こめ おおむぎ じゃがいも さとう さとう	
12 火	クロスロールパン ぎゅうにゅう だいちとチキンのトマトに アスパラガスのサラダ	だいち とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん トマト アスパラガス	たまねぎ セロリ にんにく キャベツ とうもろこし きゅうり	パン じゃがいも さとう さとう	サラダゆ
13 水	むぎごはん ぎゅうにゅう にらたまスープ なまあげのにくみそかけ れいとうパイナップル	たまご とりにく なまあげ ぶたにく まめみそ	ぎゅうにゅう	にんじん にんじん	たまねぎ たけのこ たまねぎ パイナップル	こめ おおむぎ でんぷん さとう でんぷん	
14 木	わかめごはん ぎゅうにゅう けんちんじる きびなごのなんばんづけ きらずあげ	とうふ あぶらあげ きびなご おから	わかめ ぎゅうにゅう	にんじん きパプリカ あかパプリカ	だいこん こんにゃく ごぼう ねぎ たまねぎ しょうが	こめ こむぎこ さとう さとう	ごまあぶら こめあぶら なたねあぶら
15 金	ごはん ぎゅうにゅう にくじゃが ひじきサラダ こくとうそらめ	ぶたにく まぐろあぶらづけ	ぎゅうにゅう ひじき	にんじん ほうれんそう にんじん	たまねぎ こんにゃく えだまめ キャベツ とうもろこし そらめ	こめ じゃがいも さとう さとう	しろごま なたねあぶら
18 月	ごはん ぎゅうにゅう こうやどうふのたまごどじ さんしよくあえ	たまご とりにく かまぼこ こうやどうふ まぐろあぶらづけ	ぎゅうにゅう	にんじん さやいんげん こまつな にんじん	たまねぎ もやし きりほしだいこん	こめ じゃがいも さとう さとう	しろごま
19 火	あいちのこめパン ぎゅうにゅう しろいんげんとコーンの ポターージュ ポテトサラダ	とりにく とうにゅう ポークハム	ぎゅうにゅう なまクリーム だっしふんにゅう	にんじん にんじん	たまねぎ とうもろこし マッシュルーム きゅうり	パン しろいんげんまめ ホワイトルウ じゃがいも さとう	バター たまごなし マヨネーズ

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 ♪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 こんだて名	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	2群	3群	4群	5群	6群
		魚・肉・卵・大豆など	牛乳・小魚・海藻など	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・めん・いもなど	油脂・種実など
		タンパク質	無機質	ビタミン・無機質		炭水化物	脂質
20 水	ごはん ぎゅうにゅう トッポギスープ タッカルビ いわしのほしごぎかな	ぶたにく とりにく	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん チンゲンサイ	たまねぎ ねぎ とうもろこし キャベツ たまねぎ しょうが にんにく	こめ トッポギ さとう でんぷん さとう	しろごま ごまあぶら
21 木	むぎごはん ぎゅうにゅう さわにわん かつおとだいの レモンじょうゆあえ のりつくだに	ぶたにく かまぼこ かつお だいの	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	たけのこ ごぼう えだまめ レモン	こめ おおむぎ ながいも でんぷん さとう みずあめ さとう	こめあぶら
22 金	ごはん ぎゅうにゅう はっぼうさい はるさめサラダ ブルー	いか うずらたまご ぶたにく ポークハム	ぎゅうにゅう	にんじん チンゲンサイ	キャベツ たまねぎ たけのこ きゅうり もやし とうもろこし ブルー	こめ でんぷん さとう はるさめ さとう	ごまあぶら ごまあぶら
25 月	ミルクロールパン ぎゅうにゅう やさいスープ やきそば	とりにく ぶたにく いか	ぎゅうにゅう	にんじん パセリ	たまねぎ もやし エリンギ キャベツ しょうが	パン あぶらそば	オリーブゆ
26 火	むぎごはん はっこうにゅう ジャーチャンドウフ すどり	なまあげ ぶたにく まめみそ とりにく	はっこうにゅう	にんじん	たまねぎ ねぎ しいたけ しょうが たまねぎ	こめ おおむぎ さとう でんぷん でんぷん さとう	こめあぶら
27 水	むぎごはん ぎゅうにゅう わかめスープ ピリからだいず かたぬきチーズ	なると だいず ぶたにく	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん	たまねぎ だいこん ねぎ とうもろこし たまねぎ えだまめ しょうが にんにく	こめ おおむぎ さとう	しろごま ごまあぶら ごまあぶら
28 木	むぎごはん ぎゅうにゅう ごもくろみそしる あおじそいりあじフライ ポイルキャベツ こぶくろちゅうのうソース	とうふ とりにく こめみそ あじ	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな あおじそ	だいこん えのきたけ キャベツ	こめ おおむぎ パンこ こむぎこ	こめあぶら
29 金	ソフトめん ぎゅうにゅう ミートソース じゃがいもとベーコンの いためもの	ぶたにく ぎゅうにく だいの ベーコン	ぎゅうにゅう チーズ だっしふんにゅう	にんじん トマト パセリ	たまねぎ グリンピース マッシュルーム たまねぎ とうもろこし	ソフトめん さとう トマトルウ じゃがいも	



たまねぎ



愛知県では、5月ごろから今年とれた「たまねぎ」が出回ります。乾燥させていないたまねぎは、「新たまねぎ」と呼ばれ、水分が多くやわらかいので、生でもおいしく食べることができます。

きびなご

14日(木) きびなごの南蛮漬



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。

アジア競技大会応援献立

20日(水)



おうほこんだて

韓国料理(トッポギスープ・タッカルビ)

春日井市長選挙
春日井市議会議員補欠選挙

投票日
5月24日(日)
投票時間
午前7時~午後8時



春日井市選挙管理委員会

<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
305円 (保護者負担額245円)	3月分	令和8年4月30日(木)	3,430円	14日

※ 口座への入金、納期限(口座振替日)の前日までをお願いします。
※ 食材発注のため、欠席等により給食を食べない場合は、給食提供日の4日前(土日祝休日等を除く)までに、学校に連絡してください。

わくわくたのしい ワントウスイム

1toSWIM swimming school

安全安心・命を守るスイミング