




# 5月 中学校給食献立表

今月の献立目標 新緑の季節にとれる食べ物を味わおう


端午の節句

日 曜	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 金	ごはん 牛乳 わかたけ汁 ちくわのお茶ふら(3個) もやしのごまじょうゆ和え かしわもち	鶏肉 油揚げ ちくわ 花かつお	牛乳 わかめ  八十八夜	にんじん たけのこ はくさい ねぎ しいたけ お茶の粉 もやし	米 小麦粉 てん粉 小豆 米粉 砂糖	米油 白ごま ごま油	
7 木	えがおのカレーシチュー 切り干し大根サラダ フローズンヨーグルト	豚肉 鶏肉	牛乳 ヨーグルト	にんじん にんじん たまねぎ マッシュルーム にんにく きゅうり とうもろこし 切り干し大根	米 じゃがいも カレールウ 砂糖 白ごま 卵なしマヨネーズ		
8 金	ふき入り筑前煮 愛知のれんこん入りつくね(3個) きゅうりの塩昆布あえ	鶏肉 さつま揚げ 鶏肉	牛乳 昆布	にんじん さやいんげん にんじん ごぼう こんにゃく たけのこ ふき しいたけ れんこん たまねぎ きゅうり	米 じゃがいも 砂糖 砂糖 砂糖		
11 月	麦ごはん 牛乳 豚汁 まぐろの甘辛煮 きざみたくあん 手巻きのり	豆腐 豚肉 豆みそ まぐろ油漬け	牛乳	にんじん 大根 ごぼう こんにゃく ねぎ キャベツ しょうが だいこん	米 大麦 じゃがいも 砂糖 砂糖		
12 火	クロスロールパン 牛乳 大豆とチキンのトマト煮 アスパラガスのサラダ	大豆 鶏肉 まぐろ油漬け	牛乳	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 砂糖 砂糖 サラダ油		
13 水	麦ごはん 牛乳 にら卵スープ 生揚げの肉味噌かけ 冷凍パイナップル	卵 鶏肉 生揚げ 豚肉 豆みそ	牛乳	にんじん にら にんじん たまねぎ たけのこ たまねぎ パイナップル	米 大麦 てん粉 砂糖 てん粉		
14 木	ごはん 牛乳 肉じゃが ひじきサラダ 黒糖そら豆	豚肉 まぐろ油漬け	牛乳	にんじん たまねぎ こんにゃく 枝豆 ほうれん草 とうもろこし にんじん そら豆	米 じゃがいも 砂糖 砂糖 砂糖 黒糖 菜種油	白ごま	
15 金	わかめごはん 牛乳 けんちん汁 きびなごの南蛮漬け きらず揚げ	豆腐 油揚げ きびなご おから	わかめ 牛乳	にんじん 大根 こんにゃく ごぼう ねぎ 黄パプリカ 赤 パプリカ たまねぎ しょうが	米 小麦粉 砂糖 小麦粉 砂糖 菜種油	ごま油 米油	
18 月	ごはん 牛乳 高野豆腐の卵とじ 三色あえ	卵 鶏肉 かまぼこ 高野豆腐 まぐろ油漬け	牛乳	にんじん さやいんげん 小松菜 にんじん たまねぎ もやし 切り干し大根	米 じゃがいも 砂糖 砂糖 砂糖	ごま油 白ごま	
19 火	麦ごはん 牛乳 さわにわん かつおと大豆のレモンじょうゆ和え のり佃煮	豚肉 かまぼこ かつお 大豆 のり	牛乳	にんじん 小松菜 たけのこ ごぼう 枝豆 レモン	米 大麦 ながいも てん粉 砂糖 水あめ 砂糖	米油	
20 水	ごはん 牛乳 トッポギスープ タッカルビ いわしの干し小魚	豚肉 鶏肉	牛乳 わかめ	にんじん チンゲンサイ にんじん にら 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	米 トッポギ 砂糖 てん粉 砂糖 砂糖	白ごま ごま油	
21 木	あいちの米粉パン 牛乳 白いんげんとコーンのポタージュ ポテトサラダ	鶏肉 豆乳 ポークハム	牛乳 生クリーム 脱脂粉乳	にんじん たまねぎ とうもろこし マッシュルーム にんじん きゅうり	パン 白いんげん豆 ホワイトルウ じゃがいも 砂糖 卵なしマヨネーズ	バター	

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 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	2群	3群	4群	5群	6群
		魚・肉・卵・大豆など タンパク質	牛乳・小魚・海藻など 無機質	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ ビタミン・無機質	米・パン・めん・いもなど 炭水化物	油脂・種実など 脂質
22 金	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	ポークハム		にんじん	きゅうり もやし とうもろこし	はるさめ 砂糖	ごま油
	ブルーーン				ブルーーン		
25 月	ミルクロールパン 牛乳		牛乳			パン	
	野菜スープ	鶏肉		にんじん パセリ	たまねぎ もやし エリンギ		オリーブ油
	やきそば	豚肉 いか	青のり	にんじん	キャベツ しょうが	油そば	
26 火	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	わかめスープ	なると	わかめ	にんじん	たまねぎ 大根 ねぎ とうもろこし		白ごま ごま油
	ピリ辛大豆	大豆 豚肉		にんじん	たまねぎ 枝豆 しょうが にんにく	砂糖	ごま油
	型抜きチーズ		チーズ				
27 水	麦ごはん はっこう乳		はっこう乳			米 大麦	
	ジャーチャンドウフ	生揚げ 豚肉 豆みそ		にんじん	たまねぎ ねぎ しいたけ しょうが	砂糖 でん粉	
	酢鶏	鶏肉		にんじん ピーマン	たまねぎ	でん粉 砂糖	米油
28 木	ソフトめん 牛乳		牛乳			ソフトめん	
	ミートソース	豚肉 牛肉 大豆	チーズ 脱脂粉乳	にんじん トマト	たまねぎ マッシュルーム グリーンピース	砂糖 トマトルウ	
	じゃがいもとベーコンの いためもの	ベーコン		パセリ	たまねぎ とうもろこし	じゃがいも	
29 金	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	五目白みそ汁	豆腐 鶏肉 米み そ		にんじん 小松菜	大根 えのきたけ		
	青じそ入りあじフライ	あじ		青じそ		パン粉 小麦粉	米油
	ポイルキャベツ 小袋中濃ソース				キャベツ		

**八十八夜** 1日(金)  
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。この日に摘んだ新茶は味も香りもよく、昔からこのお茶を飲めばその年は無病息災で過ごせるといわれています。ちくわのお茶天ぷらには、お茶の粉を衣に混ぜてあります。

**きびなご** 15日(金)  
きびなごの南蛮漬け




体長10cmほどの小さな魚で、帯状のしま模様の特徴です。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。

**徳島県の郷土料理** 1日(金)  
わかたけ汁




徳島県は、たけのこの産地です。「わかたけ汁」は春に旬を迎えるわかめと、成長の早いたけのこの2種の新芽を使ったすまし汁です。子どもたちの成長と健康の願いが込められています。

**アジア競技大会応援献立** 

20日(水) 韓国料理  
トッポグスープ・タッカルビ

応募献立


**たまねぎ**



愛知県では、5月ごろから今年とれた「たまねぎ」が出回りします。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。

**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
350円 (保護者負担額285円)	3月分	令和8年4月30日(木)	3,990円	14日
385円 (保護者負担額285円)	4月分	令和8年6月1日(月)	3,705円	13日

※ 口座への入金、納期限(口座振替日)の前日までをお願いします。  
※ 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。

**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

