



令和7年度

5月分

献立一覧表（小学校）



蒲郡市学校給食センター

実施日	除去 対応 給食	献立名	食 べ 物 の は た ら き				栄養価	お知らせ
			①赤 おもに体をつくる食品	②緑 おもに体の調子を整える食品		③黄 おもにエネルギーになる食品		
			肉類、魚介類、乳類 卵類、豆、大豆製品 かいそう類	緑黄色野菜	その他の野菜、 きのこ類、くだもの	こく類、いも類 さとう、油脂類 種実類	エネルギー kcal たんぱく質 g	
1 ／ 木		ごはん 牛乳 青菜のスープ とりハムカツ マカロニとやさいのソテー	牛乳 とりむね肉 とり肉 ウインナー	にんじん チンゲンサイ	たまねぎ	米 じゃがいも 米サラダ油 じゃがいも 米粉 なたね油 マカロニ 米サラダ油	552 18.8	
2 ／ 金		(こどもの日給食) ごはん 牛乳	牛乳			米	647	すまし汁：めひかりの魚しょうを 使用しています。 昆布のちらし寿司の具：ごはんに 混ぜて食べましょう。 【薬】かしわもち
	🍌	すまし汁	かまぼこ とうふ		たまねぎ えのきたけ 白ねぎ			
		厚焼き卵	卵			さとう		
		昆布のちらし寿司の具	こんぶ とりむね肉 油揚げ ちくわ	にんじん		さとう		
		かしわもち				かしわもち	26.5	
7 ／ 水		ごはん 牛乳 沢煮汁	牛乳 豚もも肉 とうふ		こんにやく えのきたけ 白ねぎ ごぼう	米	559	
		とり肉のあまずかけ	とりむね肉			でんぶん なたね油 さとう		
	🍷	切り干し大根の煮付け	ちくわ 油揚げ	にんじん	切り干しだいこん グリンピース	米サラダ油 さとう		
		ごはん 牛乳 やさいスープ	牛乳 とりむね肉	にんじん チンゲンサイ	エリンギ	米 じゃがいも 米サラダ油		
8 ／ 木		てりやきハンバーグ 新玉サラダ	豚肉 とり肉 ハム		たまねぎ たまねぎ きゅうり とうもろこし	さとう でんぶん 和風ドレッシング	20.8	和風ドレッシング（クラス1本）
		わかめごはん 牛乳 生揚げのみそ汁	わかめ 牛乳 生揚げ 赤みそ 白みそ	にんじん	だいこん たまねぎ えのきたけ 白ねぎ	米		
		かぼちゃコロッケ		かぼちゃ		パン粉 小麦粉 なたね油		
	🍷	さつまいもごぼうサラダ	まぐろ		ごぼう えだ豆	さつまいも マヨネーズドレッシング		
12 ／ 月		ごはん 牛乳 豆腐の中華煮	牛乳 豚もも肉 とうふ		しょうが たまねぎ グリンピース 干しいたけ	米 米サラダ油 さとう でんぶん	566	きびなごのかりかり揚げ（2 コ）：きびなごは稀に魚卵を持っ ている可能性があります。
		きびなごのかりかり揚げ	きびなご			じゃがいも でんぶん なたね油		
		もやしソテー	ベーコン	チンゲンサイ	もやし	じゃがいも 米サラダ油		
		くろロールパン 牛乳	牛乳			くろロールパン		
13 ／ 火		にんじんの豆乳スープ 焼きフランクフルト えだ豆サラダ	とりむね肉 豆乳 フランクフルト まぐろ	にんじん パセリ	たまねぎ マッシュルーム えだ豆 キャベツ とうもろこし	米粉のホワイトルウ 米サラダ油	672 27.7	ごぼう入りつくね（2コ）
		ごはん 牛乳	牛乳			米		
		ぶた肉とじゃがいものせん切りいため	豚もも肉 揚げはん	にんじん さやいんげん	しょうが たまねぎ こんにやく	じゃがいも 米サラダ油 さとう		
		ごぼう入りつくね	とり肉		たまねぎ ごぼう			
15 ／ 木		🍷キャベツのたくあんあえ			キャベツ たくあんづけ きゅうり		20.5	中濃ソース（クラス1本）
		ごはん 牛乳	牛乳			米		
	🍌	ごもく大豆	大豆 とりむね肉 ちくわ	にんじん さやいんげん	ごぼう こんにやく	米サラダ油 さとう		
	🍌	にぎすのフライ	にぎす			パン粉 小麦粉 なたね油		
16 ／ 金		🍌キャベツとねぎのごまあえ		チンゲンサイ 蒲郡の葉ねぎ	キャベツ	白すりごま	554	メロン：ビニール手袋で配りま しょう。皮はビニール袋に入れて 返しましょう。
		麦ごはん 牛乳	牛乳			米 麦		
		ハヤシライス	豚もも肉	にんじん トマトダイスカット	たまねぎ マッシュルーム	じゃがいも 米サラダ油 ブラウンルウ ハヤシルウ さとう		
		ウインナーソテー	ウインナー	チンゲンサイ 赤ピーマン	とうもろこし キャベツ	米サラダ油		
		メロン			イエローキングメロン		18.5	
19 ／ 月		ごはん 牛乳 若竹汁	牛乳 とりむね肉 わかめ かまぼこ			米 じゃがいも	552	
		キャベツ入りおこのみ焼き	豚肉 青のり かつおけずり節		たけのこ 干しいたけ 白ねぎ キャベツ	小麦粉 米粉 米サラダ油 さとう		
	🍷	ごぼうとぶた肉のいため煮	豚もも肉 揚げはん	さやいんげん	しょうが ごぼう こんにやく	米サラダ油 さとう		
		ごはん 牛乳	牛乳			米		
20 ／ 火		中華飯	豚もも肉	にんじん チンゲンサイ	しょうが 干しいたけ たまねぎ キャベツ	さとう 米サラダ油 でんぶん	636	中華ドレッシング（クラス1本）
		とり肉のから揚げ	とりむね肉		しょうが	でんぶん なたね油		
	🍷	かいそうサラダ	ひじき 茎わかめ	赤ピーマン	きゅうり	中華ドレッシング		
		ごはん 牛乳	牛乳			米		
21 ／ 水		白みそ汁	油揚げ とうふ 白みそ	にんじん	だいこん しめじ 白ねぎ	さとう 米サラダ油	562	ぶたどんの具：ごはんのにせて食 べましょう。 マヨネーズドレッシング（クラス 1本）
		ぶたどんの具	豚もも肉		しょうが こんにやく たまねぎ グリンピース	さとう 米サラダ油		
		シャキシャキおいもサラダ	ハム		きゅうり	じゃがいも マヨネーズドレッシング		
		クロスロールパン 牛乳	牛乳			クロスロールパン		
22 ／ 木		ミネストローネ	とりむね肉	にんじん トマトダイスカット	たまねぎ キャベツ	じゃがいも 米サラダ油 さとう	609	ごまドレッシング（クラス1本）
		ミンチカツ	豚肉 とり肉		たまねぎ	パン粉 なたね油		
	🍷	切り干し大根サラダ	まぐろ		切り干しだいこん とうもろこし えだ豆	ごまドレッシング		
		麦ごはん 牛乳	牛乳			米 麦		
23 ／ 金		チキンカレー	とりむね肉	にんじん	たまねぎ	じゃがいも 米サラダ油 カレールウ	559	チキンカレー：乳不使用です。
	🍷	ふくじんづけ			だいこん うり れんこん			
		フルーツのはちみつレモンゼリーあえ			おうとう バインアップル アロエ	はちみつレモンゼリー		
		ごはん 牛乳	牛乳			米		
26 ／ 月		赤だし	油揚げ とうふ わかめ 赤みそ		たまねぎ だいこん 白ねぎ		565	
		さばのたつた揚げ	さば			でんぶん なたね油		
		とり肉とやさいのいため物	とりもも肉	にんじん チンゲンサイ	キャベツ	米サラダ油		
		ごはん 牛乳	牛乳			米		
27 ／ 火		ひき肉と厚揚げのいため煮	豚もも肉 大豆 厚揚げ	にんじん	白ねぎ にんにく しょうが たまねぎ	米サラダ油 さとう ごま油 でんぶん	560	えびしゅうまい（2コ）
		えびしゅうまい	えび たら		たまねぎ	しゅうまいの皮		
		もやしのナムル			もやし きゅうり	ごま油		
		ごはん 牛乳	牛乳			米		
28 ／ 水	🍌	けんちん汁	とうふ 油揚げ	にんじん	ごぼう だいこん こんにやく 白ねぎ		564	けんちん汁：めひかりの魚しょう を使用しています。
		いわしの八丁みそ煮	いわし 八丁みそ			さとう		
		じゃがいものそばろ煮	豚もも肉		たまねぎ グリンピース	じゃがいも さとう 米サラダ油		
		ごはん 牛乳	牛乳			米		
29 ／ 木	卵	中華卵スープ	とりむね肉 卵		もやし たまねぎ 白ねぎ	米サラダ油 でんぶん	551	揚げぎょうざ（2コ）
		揚げぎょうざ	豚肉		キャベツ たまねぎ	ぎょうざの皮 なたね油		
		しらたきチャップチェ	豚もも肉	にら にんじん	しょうが にんにく しらたき ごぼう 切り干しだいこん	さとう 米サラダ油 ごま油		
		ソフトめん 牛乳	牛乳			ソフトめん		
30 ／ 金		ビーンズソースかけ	とりむね肉 豚レバー 大豆	にんじん	たまねぎ マッシュルーム	さとう ハヤシルウ 米サラダ油	709	マヨネーズドレッシング（クラス 1本）
		大学いも				さつまいも なたね油 さとう 黒いりごま		
		コールスローサラダ			キャベツ きゅうり	マヨネーズドレッシング		



たべたくんマークは蒲郡の日給食です。

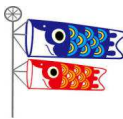


カミちゃんマークはカミカミ給食です。
よくかんで食べましょう。

※食材の太文字は愛知県産の予定です。

※材料は都合により変更することがあります。

※食材の安全を確認して使用しています。



こどもの日給食 2日(金)

5月5日は、こどもの健やかな成長と幸せを願ってお祝いする「端午の節句」です。
こいのぼりやかぶとを飾り、しょうぶ湯につかって悪い気を追い払います。そして、「かしわもち」



蒲郡市の学校給食のこだわり

① 安全でおいしい!!「だし」もこだわっています。

・良質で安全な食品を選んで使用しています。だしは、かつお削り節でとっています。

② 地産地消を推進します。

・新鮮な蒲郡産・愛知県産の食材を毎月取り入れ、地域や地元について理解を深めます。

③ 旬の食材を取り入れています。

・旬の食材は栄養素が豊富に含まれています。



28品目のアレルゲンを含む食品の情報は、対象者に配布するアレルギー一覧表に表示しています。
28品目以外のアレルゲンを含む食品の情報が必要な場合は、学校給食センターにてご確認ください。
蒲郡市学校給食センター ☎66-1800

※この献立一覧表は、すべての食品や調味料が表示されているわけではありません。(加工食品で配合割合が少ない食品は表示されていません。)

蒲郡メヒカリのキャラクター



「びか丸くん」



毎月17日は『地魚の日』です ～ 地魚を食べよう!～

蒲郡で水揚げされた魚を使用する月に表示しています。
今月は、15日(木)に「にぎすのフライ」を提供します。

朝ごはんを食べて学校へ行こう

しっかり勉強! 元気に運動!! 笑顔で友達とも仲良しに!!!

毎月19日は食育の日です ～ おうちでごはんの日～

※今月の卵アレルギー対応給食の実施日は卵マークの日です。提供を受ける方は、「蒲郡市卵アレルギー対応給食承諾書」を確認してから食べましょう。

※給食のお米は設楽町米を使用しています。

給食費納入のご案内

口座振替日は、5月15日(木)です。振替口座残高不足にご注意ください。