

5月の学校給食こんだて (令和6年度)

第1ブロック 千種区・守山区・名東区

【めあて】 いろいろな料理を知ろう

名古屋市教育委員会

日 曜	こんだて	除去食	食 品 の 主 な は た ら き			
			エネルギーのもとになる	体をつくるもとになる	体の調子を整えるもとになる	
1 水	水	◎	油、でん粉	豚肉、鶏卵、花かまぼこ 油揚げ	にんじん、たまねぎ、ねぎ、干しいたけ	
	牛乳			鶏肉、とうふ、だいず	にんじん、グリーンピース	
3時間授業のため給食なし						
2 木	木		油	牛肉	にんじん、たまねぎ、トマト、ピーマン、しょうが にんにく	
	牛乳			とうふ、もずく	キャベツ ねぎ	
遠足のため給食なし						
7 火	ごはん		砂糖	焼きちくわ	にんじん、ふき、かんぴょう、干しいたけ	
	牛乳	五目まぜごはん				
		えびフライ		でん粉、小麦粉、パン粉、油	えび	
		花ふとゆばのすまし汁		花ふ	ゆば	さやえんどう
	かしわもち		あずき、砂糖、米粉、でん粉			
8 水	米粉パン		油	ポークウインナ、ベーコン	にんじん、たまねぎ、キャベツ、水耕ねぎ	
	牛乳	キャベツとソーセージのスープ煮				
		粉ふきいも		じゃがいも		
	ラ・フランスゼリー		砂糖		西洋なし	
9 木	ごはん		小麦粉、でん粉、パン粉、油	豚肉	たまねぎ	
	牛乳	カレーメンチカツ				
		ワンタンスープ		ワンタンめん、油、でん粉	豚肉	にんじん、はくさい、もやし、ねぎ
		チーズ			チーズ	
10 金	ごはん	◎	油、砂糖、白ごま	牛肉、みそ	しょうが、にんじん、ほうれんそう、だいこん こだいずもやし、にんにく	
	牛乳	わかめスープ		はるさめ	わかめ	ねぎ
		アセロラゼリー		砂糖		アセロラ
13 月	クロワッサン		パンネ、油	むきえび、いか、まぐろ水煮	にんじん、たまねぎ、セロリ、ピーマン、パセリ にんにく	
	牛乳	ペンネのシーフードソテー				
		フライビーンズ		ひよこ豆、でん粉、油、砂糖		
	はっ酵乳		砂糖	脱脂粉乳、全粉乳		
14 火	ごはん		油、砂糖	豚肉、生揚げ、みそ	にんじん、たけのこ、さやえんどう、ねぎ しょうが	
	牛乳	生揚げと豚肉のみそいため煮				
		はるさめスープ		はるさめ	いか	にんじん、ねぎ
15 水	ごはん		油、パン粉、小麦粉、でん粉	鶏肉、牛肉、豚肉、だいず	たまねぎ、にんじん、はくさい、こまつな 干しいたけ	
	牛乳	ミートボールスープ				
		白身魚のアーモンドフライ		アーモンド、小麦粉、パン粉 油	ホキ	
	焼きのり			のり		
16 木	サンドイッチ パンズ		油、砂糖、パン粉	牛肉、豚肉	たまねぎ、ピーマン	
	牛乳	そえ野菜			にんじん、キャベツ	
		ポテトスープ		じゃがいも	ベーコン	たまねぎ、パセリ
		ヨーグルト		砂糖	加糖練乳、脱脂粉乳、全粉乳	
17 金	麦ごはん		砂糖	牛肉	糸こんにゃく、たまねぎ、ねぎ、しょうが	
	牛乳	牛どん				
		だんご汁		白玉もち	信州みそ	にんじん、だいこん、ほうれんそう

* ◎印の付いた献立は、アレルギー除去食対応可能です。「食品の主なはたらき」の欄に斜体・太字で表記した食品を除去します。

* アレルギー物質など献立の詳細については、学校に配布されている「学校給食献立表(調理場用献立表)」に記載されています。

* 調理加工食品類・菓子類は、主な原材料を表記しています。

* 名古屋市公式ウェブサイト(<http://www.city.nagoya.jp/kyoiku/page/0000052124.html>)に主な食材の産地と一部の食材の放射性物質の検査結果を掲載しています。都合により、食材の産地や献立を変更する場合があります。

日	曜	こんだて		除去食	食品の主なはたらき									
					エネルギーのもとになる	体をつくるもとになる	体の調子を整えるもとになる							
20	月	ソフトめん	みそめん		油、砂糖、でん粉	豚肉、みそ	にんじん、たまねぎ、ねぎ							
			かぼちゃフライ		パン粉、小麦粉、油		かぼちゃ							
		牛乳												
21	火	ごはん	煮込みハンバーグ		パン粉、油、砂糖	牛肉、豚肉、鶏肉	たまねぎ、ぶなしめじ、マッシュルーム							
			マカロニスープ		マカロニ	ハム	にんじん、たまねぎ、キャベツ、こまつな							
		牛乳												
22	水	ナン	キーマカレー	◎	白いんげん豆ピューレ レンズ豆、油、小麦粉	牛肉、豚肉、チーズ	にんじん、たまねぎ、しょうが、にんにく							
			カラフルソテー		油	ハム	にんじん、えだまめ、とうもろこし							
			グレープゼリー		砂糖		ぶどう							
		牛乳												
23	木	ごはん	くしカツ		小麦粉、パン粉、油	豚肉								
			おひたし		砂糖	けずりぶし	にんじん、キャベツ、こまつな							
			みそ汁			ゆば、わかめ、みそ 信州みそ	みつば							
		牛乳												
24	金	ごはん	チャプスイ	◎	油、砂糖、でん粉	豚肉、ベーコン、うずら卵 いか	にんじん、たまねぎ、チンゲン菜、もやし							
			切り干しの煮しめ		砂糖	生揚げ、けずりぶし	切り干しだいこん							
		牛乳												
27	月	五穀ごはん	ハヤシチュー		じゃがいも、油、小麦粉	豚肉	にんじん、たまねぎ、にんにく							
			フルーツミックス				みかん(パウチ)、黄桃(パウチ)							
		牛乳												
28	火	ごはん	マーボー豆腐	◎	油、砂糖、でん粉、ごま油	牛肉、豚肉、とうふ、みそ	にんじん、たけのこ、ねぎ、しょうが							
			あかもく入りぎょうざ巻き		小麦粉、油	豚肉、あかもく	キャベツ、にんじん、ねぎ							
		牛乳												
29	水	ミルク ロールパン	牛肉の赤ワイン煮込み		オリーブ油	牛肉	にんにく、にんじん、たまねぎ、トマト							
			ツナとアスパラガスのソテー		油	まぐろ油漬	にんじん、アスパラガス、とうもろこし							
			いちごゼラート		砂糖、いちごジャム、バター	生クリーム、牛乳、脱脂粉乳	いちご							
		牛乳												
30	木	ごはん	魚の和風マリネ		でん粉、油、砂糖	ます	にんじん、たまねぎ、ピーマン、しょうが							
			若竹汁			油揚げ、わかめ	たけのこ							
		牛乳												
31	金	ごはん	とり肉のうま塩スープ		油	鶏肉、花かまぼこ、油揚げ	にんじん、たまねぎ、ねぎ、みつば、しょうが							
			まぐろの角煮		砂糖	まぐろ	しょうが							
		牛乳												
1か月平均		エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	マグネシウム mg	鉄 mg	亜鉛 mg	ビタミ A μgRAE B1 mg B2 mg C mg			食物繊維 g	食塩相当量 g	
		610	24.6	19.4	319	78	2.5	3.2	209	0.55	0.51	24	4.1	2.2

- * 稲や野菜のイラストのある日は市内産の食材を使います。米と野菜の両方を使う日を「みんなで食べる!なごや産」の日としています。
- * 五目まぜごはん、えびフライ、あかもく入りぎょうざ巻きは「ふるさと献立」です。名古屋や愛知の特産物や郷土料理を紹介する取り組みです。
- * とり肉のうま塩スープは新献立です。
- * こいのぼりのイラストのある日は、こどもの日の特別献立です。
- * 5月はフェアトレード月間です。マーボー豆腐に使用しているごま油は、フェアトレード物資です。

今月のめあて 「いろいろな料理を知ろう」 給食は、様々な国の料理をアレンジして提供しています。