

日	曜	献立名	使用する材料の栄養素のおもな働き						備考
			おもに体をつくるもとになる食品（あかいろ）		おもに体の調子を整えるもとになる食品（みどりいろ）		おもにエネルギーのもとになる食品（きいろ）		
			たんぱく質	無機質	ビタミン		炭水化物	脂質	
			肉 魚 卵 豆・豆製品	牛 乳・乳製品 小魚 海藻	色のこい 野菜	その他の野菜 きのこ 果物	米 パン めん いも さとう 菓子	油脂 種 実類	
1	木	あいちの米粉パン 牛乳		牛乳			米粉パン(小麦粉)		
		スコッチエッグ	たまご 豚肉 とり肉			玉ねぎ	パン粉 さとう		
		ポークビーンズ	豚肉 大豆		にんじん トマト	玉ねぎ	じゃがいも ハヤシルウ デミグラスソース	油	
		コーンサラダ				コーン きゅうり 枝豆 枝豆	さとう	オリーブ油	
2	金	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
		おろしハンバーグ	とり肉			大根 玉ねぎ	乾燥じゃがいも さとう でんぷん	油	
		根菜きんぴら	オイルツナ		にんじん	こんにゃく れんこん	さとう	ごま ごま油	
		白みそ仕立てのみそ汁	豚肉 豆腐 みそ		にんじん	えのきたけ 大根 ねぎ			
5	月	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
		肉団子の甘酢あん	とり肉（肉団子）			玉ねぎ だけのこ キャベツ（肉団子）	さとう でんぷん 水あめ	油	
		はくさいのおかかあえ	かつお節		にんじん	はくさい	さとう		
		沢煮わん	豚肉		こまつな にんじん	ごぼう ねぎ	春雨		
6	火	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
		豚肉の生姜やき	豚肉		ピーマン	玉ねぎ しょうが	さとう	油	
		豆腐とわかめのみそ汁	豆腐 みそ	わかめ 煮干し粉	にんじん	玉ねぎ 大根 ねぎ			
7	水	麦ごはん 牛乳		牛乳			麦ごはん		
		春巻き	豚肉		にんじん にら	キャベツ もやし エリンギ	でんぷん さとう 小麦粉 水あめ	油 ごま油	
		麻婆豆腐	豆腐 豚肉 みそ		にんじん	玉ねぎ ねぎ しょうが にんにく	さとう でんぷん	ごま油	
		春雨サラダ	ハム		チンゲン菜	もやし	マロニー さとう	ごま油	
8	木	ソフトめんミートソース 牛乳	豚肉	牛乳	にんじん トマト	マッシュルーム 玉ねぎ セロリ にんにく	ソフトめん さとう ハヤシルウ	油	
		コロッケ	豚肉 牛肉		にんじん パセリ	玉ねぎ	じゃがいも パン粉 さとう 小麦粉	油	
		グリーンサラダ				枝豆 きゅうり キャベツ 枝豆	さとう	オリーブ油	
9	金	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
		さばの銀紙焼き	さば みそ				さとう 米粉		
		ほうれん草のおひたし	かつお節		ほうれん草 にんじん	もやし	さとう		
		五目汁	豚肉 うすら卵		こまつな	大根 えのきたけ			
13	火	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
		かぼちゃのひき肉サントフライ	豚肉		かぼちゃ	玉ねぎ	さとう パン粉 でんぷん 小麦粉	油	
		こんぶあえ		塩昆布	にんじん	きゅうり		ごま	
		ふだま汁	かまぼこ			えのきたけ 大根 玉ねぎ ねぎ	焼きふ		
14	水	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
		ほきの揚げ煮	ほき			しょうが	でんぷん さとう	油	
		即席漬け				きゅうり キャベツ 大根漬け			
		さつま汁	豆腐 みそ	煮干し粉	にんじん	えのきたけ 大根 ねぎ	さつまいも		
15	木	ミルクロールパン 牛乳		牛乳			ミルクロールパン		
		ポテトの重ね焼き風	ベーコン	チーズ			じゃがいも	バター	
		ミネストローネ	ベーコン		にんじん パセリ トマト	キャベツ 玉ねぎ にんにく マッシュルーム	さとう		
16	金	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
		とりそぼろ丼の具	とり肉 高野豆腐		にんじん	玉ねぎ 枝豆 しょうが	さとう	ごま ごま油	
		なめたけあえ			こまつな	もやし なめたけ（オキアミ）	さとう		
		みそけんちん汁	豚肉 豆腐 みそ		にんじん	大根 ごぼう ねぎ			

日	曜	献立名	使用する材料の栄養素のおもな働き						備考
			おもに体をつくるもとになる食品		おもに体の調子を整えるもとになる食品		おもにエネルギーのもとになる食品		
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	
			肉 魚 卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚 海藻	緑黄色 野菜	その他の野菜 きのこ類 果物	穀類 いも類 砂糖	油脂 種実類	
19	月	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
		酢豚	豚肉		赤ピーマン	黄ピーマン しょうが 玉ねぎ	でんぷん さとう	油	
		切干大根の中華サラダ				切干大根 きゅうり キャベツ	さとう	ごま油	
		ワンタンスープ			にんじん	たけのこ もやし ねぎ	ワンタン		
20	火	わかめごはん 牛乳		牛乳 わかめ			ごはん		
		さんまのみぞれ煮	さんま			大根	さとう でんぷん		
		きゅうりのごまじょうゆ				きゅうり	さとう	ごま ごま油	
		豚汁	豚肉 豆腐 みそ	煮干し粉	にんじん	大根 ごぼう	里いも		
21	水	セルフオムライス 牛乳 (チキンライス オムレツ ケチャップ)	とり肉 たまご	牛乳	トマト	玉ねぎ	アルファ化米 さとう	油	
		ミートボールのスープ煮	とり肉 (肉団子)		にんじん トマト	玉ねぎ キャベツ エリンギ	でんぷん 水あめ	油	
22	木	カレーうどん 牛乳	豚肉 油あげ かまぼこ	牛乳	にんじん	玉ねぎ ねぎ	白玉うどん カレールウ でんぷん		磯辺揚げ 2コ
		ちくわの磯辺揚げ	ちくわ	青のり			小麦粉	油	
		大根ツナサラダ	オイルツナ			きゅうり 大根	さとう		
23	金	麦ごはん 牛乳		牛乳			麦ごはん		つくね 2コ
		元気丼の具	豚肉 かまぼこ 高野豆腐		にんじん にら	玉ねぎ こんにゃく	さとう	油	
		ごぼう入りつくね	とり肉			玉ねぎ ごぼう しょうが	でんぷん さとう		
		ごまあえ				もやし はくさい	さとう	ごま ねりごま	
27	火	麦ごはん 牛乳		牛乳			麦ごはん		
		ビビンバ	豚肉 たまご		チンゲン菜	しょうが にんにく 玉ねぎ たけのこ	さとう	ごま油	
		もやしのナムル				もやし きゅうり	さとう	ごま油	
		わかめスープ	とり肉 豆腐	わかめ	にんじん	大根 ねぎ		ごま	
28	水	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
		キャベツ入りメンチカツ	牛肉 豚肉			玉ねぎ キャベツ	パン粉 さとう 小麦粉 でんぷん	油	
		きんぴらごぼう	ちくわ		にんじん	ごぼう こんにゃく	さとう	ごま油	
		かきたま汁	とり肉 豆腐 たまご			玉ねぎ ねぎ えのきたけ	でんぷん		
29	木	小型ロールパン 牛乳		牛乳			ロールパン		肉だんご 2コ
		やきそば	豚肉 ちくわ		にんじん	キャベツ 甘酢しょうが	やきそばめん	油	
		きんぴら肉団子	とり肉		にんじん	ごぼう 玉ねぎ キャベツ しょうが ねぎ	パン粉 でんぷん さとう	ごま油 油	
		ゼリーポンチ				みかん	いちごゼリー みかんゼリー アセロラジュレ		
30	金	ハヤシライス 牛乳	豚肉	牛乳	にんじん トマト	玉ねぎ マッシュルーム	麦ごはん ハヤシルウ じゃがいも	油	
		れんこんチップ				れんこん	小麦粉	油	
		コールスロー				きゅうり キャベツ コーン	さとう	オリーブ油	

※食材の納入状況等により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。

※太字は愛知県産です。

給食回数20回

日	曜	献立名	使用する材料の栄養素のおもな働き						備考	
			おもに体をつくるもとになる食品（あかいろ）		おもに体の調子を整えるもとになる食品（みどりいろ）		おもにエネルギーのもとになる食品（きいろ）			
			たんぱく質	無機質	ビタミン		炭水化物	脂質		
			肉 魚 卵 豆・豆製品	牛 乳・乳製品 小魚 海藻	色のこい 野菜	その他の野菜 きのこ 果物	米 パン めん いも さとう 菓子	油脂 種 実類		
1	木	あいちの米粉パン 牛乳		牛乳				米粉パン(小麦粉)		
		ポテトの重ね焼き風	ベーコン	チーズ				じゃがいも	バター	
		ポークビーンズ	豚肉 大豆		にんじん トマト	玉ねぎ		じゃがいも ハヤシルウ デミグラスソース	油	
		コーンサラダ				コーン きゅうり 枝豆 だいこん	さとう	オリーブ油		
2	金	ごはん 牛乳		牛乳				ごはん		
		おろしハンバーグ	とり肉			大根 玉ねぎ		乾燥じゃがいも さとう でんぷん	油	
		根菜きんぴら	オイルツナ		にんじん	こんにゃく れんこん	さとう	ごま ごま油		
		白みそ仕立てのみそ汁	豚肉 豆腐 みそ		にんじん	えのきたけ 大根 ねぎ				
6	火	ごはん 牛乳		牛乳				ごはん		
		豚肉の生姜やき	豚肉		ピーマン	玉ねぎ しょうが	さとう	油		
		豆腐とわかめのみそ汁	豆腐 みそ	わかめ 煮干し粉	にんじん	玉ねぎ 大根 ねぎ				
7	水	麦ごはん 牛乳		牛乳				麦ごはん		
		春巻き	豚肉		にんじん にら	キャベツ もやし エリンギ	でんぷん さとう 小麦粉 水あめ	油 ごま油		
		麻婆豆腐	豆腐 豚肉 みそ		にんじん	玉ねぎ ねぎ しょうが にんにく	さとう でんぷん	ごま油		
		春雨サラダ	ハム		チンゲン菜	もやし	マロニー さとう	ごま油		
8	木	ソフトめんミートソース 牛乳	豚肉	牛乳	にんじん トマト	マッシュルーム 玉ねぎ セロリ にんにく	ソフトめん さとう ハヤシルウ	油		
		コロッケ	豚肉 牛肉		にんじん パセリ	玉ねぎ	じゃがいも パン粉 さとう 小麦粉	油		
		グリーンサラダ				枝豆 きゅうり キャベツ だいこん	さとう	オリーブ油		
9	金	ごはん 牛乳		牛乳				ごはん		
		さばの銀紙焼き	さば みそ				さとう 米粉			
		ほうれん草のおひたし	かつお節		ほうれん草 にんじん	もやし	さとう			
		五目汁	豚肉 うすら卵		こまつな	大根 えのきたけ				
13	火	ごはん 牛乳		牛乳				ごはん		
		かぼちゃのひき肉サンド'フライ	豚肉		かぼちゃ	玉ねぎ	さとう パン粉 でんぷん 小麦粉	油		
		こんぶあえ		塩昆布	にんじん	きゅうり		ごま		
		ふだま汁	かまぼこ			えのきたけ 大根 玉ねぎ ねぎ	焼きふ			
14	水	ごはん 牛乳		牛乳				ごはん		
		ほきの揚げ煮	ほき			しょうが	でんぷん さとう	油		
		即席漬け				きゅうり キャベツ 大根漬け				
		さつま汁	豆腐 みそ	煮干し粉	にんじん	えのきたけ 大根 ねぎ	さつまいも			
15	木	ミルクロールパン 牛乳		牛乳				ミルクロールパン		
		スコッチエッグ	たまご 豚肉 とり肉			玉ねぎ	パン粉 さとう			
		ミネストローネ	ベーコン		にんじん パセリ トマト	キャベツ 玉ねぎ にんにく マッシュルーム	さとう			
16	金	ごはん 牛乳		牛乳				ごはん		
		とりそばろ井の具	とり肉 高野豆腐		にんじん	玉ねぎ 枝豆 しょうが	さとう	ごま ごま油		
		なめたけあえ			こまつな	もやし なめたけ(オキアミ)	さとう			
		みそけんちん汁	豚肉 豆腐 みそ		にんじん	大根 ごぼう ねぎ				

日	曜	献立名	使用する材料の栄養素のおもな働き						備考
			おもに体をつくるもとになる食品		おもに体の調子を整えるもとになる食品		おもにエネルギーのもとになる食品		
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	
			肉 魚 卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚 海藻	緑黄色 野菜	その他の野菜 きのこ類 果物	穀類 いも類 砂糖	油脂 種実類	
19	月	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
		酢豚	豚肉		赤ピーマン	黄ピーマン しょうが 玉ねぎ	でんぷん さとう	油	
		切干大根の中華サラダ				切干大根 きゅうり キャベツ	さとう	ごま油	
		ワンタンスープ			にんじん	たけのこ もやし ねぎ	ワンタン		
20	火	わかめごはん 牛乳		牛乳 わかめ			ごはん		
		さんまのみぞれ煮	さんま			大根	さとう でんぷん		
		きゅうりのごまじょうゆ				きゅうり	さとう	ごま ごま油	
		豚汁	豚肉 豆腐 みそ	煮干し粉	にんじん	大根 ごぼう	里いも		
21	水	セルフオムライス 牛乳 (チキンライス オムレツ ケチャップ)	とり肉 たまご	牛乳	トマト	玉ねぎ	アルファ化米 さとう	油	
		ミートボールのスープ煮	とり肉 (肉団子)		にんじん トマト	玉ねぎ キャベツ エリンギ	でんぷん 水あめ	油	
22	木	カレーうどん 牛乳	豚肉 油あげ かまぼこ	牛乳	にんじん	玉ねぎ ねぎ	白玉うどん カレールウ でんぷん		ちくわ 2コ
		ちくわの磯辺揚げ	ちくわ	青のり			小麦粉	油	
		大根ツナサラダ	オイルツナ			きゅうり 大根	さとう		
23	金	麦ごはん 牛乳		牛乳			麦ごはん		づね 3コ
		元気丼の具	豚肉 かまぼこ 高野豆腐		にんじん にら	玉ねぎ こんにゃく	さとう	油	
		ごぼう入りつくね	とり肉			玉ねぎ ごぼう しょうが	でんぷん さとう		
		ごまあえ				もやし はくさい	さとう	ごま ねりごま	
26	月	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
		かつおのおかか煮	かつお かつお節			しょうが	さとう でんぷん		
		豚肉と大根の煮物	豚肉 厚揚げ		にんじん	大根 こんにゃく ねぎ しょうが	さとう	油	
		ゆかりあえ				キャベツ きゅうり しそふりかけ			
27	火	麦ごはん 牛乳		牛乳			麦ごはん		
		ビビンバ	豚肉 たまご		チンゲン菜	しょうが にんにく 玉ねぎ たけのこ	さとう	ごま油	
		もやしのナムル				もやし きゅうり	さとう	ごま油	
		わかめスープ	とり肉 豆腐	わかめ	にんじん	大根 ねぎ		ごま	
28	水	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
		キャベツ入りメンチカツ	牛肉 豚肉			玉ねぎ キャベツ	パン粉 さとう 小麦粉 でんぷん	油	
		きんぴらごぼう	ちくわ		にんじん	ごぼう こんにゃく	さとう	ごま油	
		かきたま汁	とり肉 豆腐 たまご			玉ねぎ ねぎ えのきたけ	でんぷん		
29	木	小型ロールパン 牛乳		牛乳			ロールパン		肉だんご 2コ
		やきそば	豚肉 ちくわ		にんじん	キャベツ 甘酢しょうが	やきそばめん	油	
		きんぴら肉団子	とり肉		にんじん	ごぼう 玉ねぎ キャベツ しょうが ねぎ	パン粉 でんぷん さとう	ごま油 油	
		ゼリーポンチ				みかん	いちごゼリー みかんゼリー アセロラジュレ		
30	金	ハヤシライス 牛乳	豚肉	牛乳	にんじん トマト	玉ねぎ マッシュルーム	麦ごはん ハヤシルウ じゃがいも	油	
		れんこんチップ				れんこん	小麦粉	油	
		コールスロー				きゅうり キャベツ コーン	さとう	オリーブ油	

※食材の納入状況等により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。

※太字は愛知県産です。

給食回数20回