

5日はこどもの日です。  
1日に「かしわもち」がです。



# 5がつ こんだてひょう



きゅうしよくキャラクター  
のびのびくん

犬山市立楽田小学校

日	曜	こんだてめい 献立名	主な材料とその働き					
			体を作る		体の調子を整える		体を動かすエネルギーになる	
			1群 魚・肉・卵・大豆・大豆製品	2群 牛乳・乳製品・小魚・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物・きのこ	5群 米・パン・めん・いも・砂糖	6群 油脂・種実
1	金	わかたけごはん さばのしおやき ごまひじきあえ すましじる かしわもち	ぎゅうにゅう ツナ さば かまぼこ とうふ あずき	ぎゅうにゅう わかめ ひじき にんじん	たけのこ しいたけ キャベツ きゅうり コーン たまねぎ えのきたけ	こめ さとう こめ さとう	あぶら ごま	
11	月	ごはん ぎゅうにゅう かつおメンチカツ わふうポテトサラダ けんちんじる	かつお とうふ あぶらあげ	ぎゅうにゅう ひじき こんぶ にんじん にんじん	たまねぎ しょうが たまねぎ コーン えだまめ だいこん ごぼう こんにゃく	こめ パンこ こむぎこ じゃがいも	あぶら マヨネーズ(ノンエッグ) ごまあぶら	
12	火	むぎごはん ぎゅうにゅう ホイコーロー ワンタンスープ キャンディーチーズ	ぶたにく あつあげ あかみそ とりにく なると チーズ	ぎゅうにゅう ピーマン にんじん ねぎ	にんにく たまねぎ キャベツ たまねぎ もやし	こめ むぎ さとう でんぶん ワンタンのかわ	あぶら	
13	水	サンドイッチパンズパン ぎゅうにゅう チキンみそカツ ゆでキャベツ コーンクリームスープ	とりにく あかみそ ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう	たまねぎ コーン マッシュルーム キャベツ	サンドパンズパン パンこ こむぎこ さとう	あぶら バター あぶら	
14	木	ごはん ぎゅうにゅう あじのいそマヨコーンやき たけのこのとさに ごもくじる アセロラゼリー	あじ おから あぶらあげ かつおぶし ぶたにく とうふ	ぎゅうにゅう あおりの にんじん にんじん ねぎ	コーン たけのこ ふき だいこん しいたけ アセロラ	こめ じゃがいも こむぎこ こんにゃく さとう	ノンエッグマヨネーズ	
15	金	ごはん ぎゅうにゅう チキンとまめのカレー フルーツポンチ ふくじんづけ	とりにく だいず	にんじん	たまねぎ にんにく パイン おとう パナ いちご レモン だいこん かり なす れんこん きゅうり しょうが	こめ じゃがいも さとう	あぶら	
18	月	ごはん ぎゅうにゅう いかフライのレモンに キャベツのたくあんあえ あつあげのみそ汁	いか あつあげ ミックスみそ	ぎゅうにゅう わかめ にんじん	レモン キャベツ たくあん たまねぎ だいこん えのきたけ	こめ パンこ こむぎこ さとう	あぶら	
19	火	ごはん ぎゅうにゅう さばのうめに こまつなごまあえ しんじゃがのそぼろに	さば かつおぶし とりにく あつあげ	ぎゅうにゅう こんぶ にんじん さやいんげん	しょうが ねぎ うめ もやし たまねぎ しいたけ こんにゃく	こめ さとう さとう	ごま あぶら	
20	水	あげパン ぎゅうにゅう にこみハンバーグ ツナサラダ しろいんげんまめのとりにゅうスープ	とりにく ぶたにく ツナ ベーコン しろいんげんまめ とりにゅう	ぎゅうにゅう トマト にんじん にんじん	たまねぎ キャベツ きゅうり コーン たまねぎ コーン	こがたロールパン さとう じゃがいも さとう でんぶん さとう じゃがいも	あぶら あぶら あぶら	
21	木	ごはん ぎゅうにゅう ヤンニョムチキン もやしのナムル わかめスープ	とりにく ベーコン とうふ	ぎゅうにゅう わかめ にんじん にんじん	にんにく もやし きゅうり たまねぎ コーン	こめ でんぶん さとう さとう	あぶら ごまあぶら ごまあぶら ごま	
22	金	ソフトめん ぎゅうにゅう にくみそソース ひじきのごまドレサラダ まっちゃむしケーキ	ぶたにく こうやどうふ ちくわ あかみそ とうにゅう	ぎゅうにゅう ひじき まっちゃ	しょうが たまねぎ しいたけ グリーンピース キャベツ えだまめ コーン	ソフトめん さとう でんぶん こむぎこ さとう	あぶら ごま ごまドレッシング あぶら	
25	月	むぎごはん ぎゅうにゅう いわしのしょうがに キャベツのてんちゃあえ こうやどうふのたまごとし	いわし とりにく はんぺん こうやどうふ たまご	ぎゅうにゅう にんじん てんちゃ にんじん ほうれんそう	しょうが キャベツ きゅうり たまねぎ	こめ むぎ さとう でんぶん さとう	あぶら ごま	
26	火	キムたくチャーハン ぎゅうにゅう ショウロンポウ くきわかめのちゅうかさサラダ とうふとあおなのスープ	ぶたにく だいず ぶたにく かきエキス ツナ とうふ	ぎゅうにゅう にんじん にんじん チンゲンサイ ねぎ	たまねぎ はくさいキムチ たくあん しいたけ キャベツ たまねぎ たけのこ しいたけ しょうが キャベツ コーン たまねぎ しいたけ えのきたけ	こめ はるさめ こむぎこ でんぶん さとう	ごまあぶら あぶら ごまあぶら	
27	水	スライスパン } ぎゅうにゅう スラッピージョー } スラッピージョーサンド だいずナゲット やさいコンソメスープ ヨーグルト	ぶたにく だいず とりにく だいず きなこ ヨーグルト	にんじん にんじん にんじん チンゲンサイ	たまねぎ にんにく たまねぎ コーン	スライスパン さとう でんぶん でんぶん さとう じゃがいも	あぶら あぶら	
28	木	ごはん ぎゅうにゅう とりにくのこうみだれかけ ゆかりあえ しんじゃがのいものみそしる	とりにく あぶらあげ とうふ ミックスみそ	ぎゅうにゅう わかめ にんじん にんじん	しょうが キャベツ たまねぎ えのきたけ	こめ でんぶん さとう	あぶら ごまあぶら	
29	金	ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくのしょうがやき やさいのおかかあえ とうにゅういりみそしる	ぶたにく あつあげ かつおぶし とうふ ミックスみそ とりにゅう	ぎゅうにゅう にんじん にんじん チンゲンサイ	たまねぎ きりぼしだいこん しょうが キャベツ きゅうり だいこん えのきたけ こんにゃく	こめ さとう でんぶん	あぶら	

【今月の行事】1日 こどもの日献立 7日 校外学習 8日 校外学習予備日 19日 食育の日(まごはやさしい献立) 21日 アジア・アジア競技大会応援献立(韓国)

給食回数 16回

・食材は、体の中の働きによって3つの仲間に分けられています。  
・汁物のだしには、煮干しやむろあじ、昆布などを使用しています。

・毎月19日は「食育の日」として、『まごわ(は)やさしい』豆・ごま・わかめ(海藻)野菜・魚・しいたけ(きのこ)・いもを取り入れた献立を紹介いたします。

★まごは(わ)やさしい献立...ま(あつあげ) ご(ごま) わ(こんぶ) や(にんじん・こまつな・ねぎ・しょうが・たまねぎ・さやいんげん) さ(さば) し(しいたけ) い(じゃがいも)

※ 献立内容は都合により変更することがあります。

