



令和6年5月分

こ ん だ て 表

幸田町学校給食センター



Main table with columns for date, food items, food groups (1-6), energy (Kcal), and protein (たんぱく質). Includes illustrations of various food items like fish, vegetables, and fruits.

※都合により材料を変更することがあります。◎印の日は業者配送です。

※お問い合わせ先
幸田町学校給食センター (62-6681)
幸田町教育委員会学校教育課 (62-1111)

<基準値>

小学校 650
中学校 830

摂取エネルギー全体の13~20%

食物アレルギーの表示

- 乳・卵を使用している食材は、ゴシック体太字で表記しています。
●全てのパンに、小麦粉と脱脂粉乳を使用しています。
●全てのめん、小麦粉を使用しています。
●アレルギー物質を含む食品の詳細のご希望がありましたら、給食センターへお問い合わせください。

【お知らせ】

- ※2日は、麦ごはん「山菜ちらしずしの具」を混ぜて食べましょう。
※14日は、ごはん「パエリアの具」を混ぜて食べましょう。
※17日は、スライspan「ハムステーキ」や「ツナサラダ」をはさんで食べましょう。



※献立表の続きは、裏面をご覧ください。

日 曜	こんだて	主に体の組織をつくる食品		主に体の調子を整える食品		主にエネルギーになる食品		エネルギー Kcal	たんぱく質 g
		1群(たんぱく質)	2群(無機質)	3群(ビタミン)	4群(ビタミン)	5群(炭水化物)	6群(脂質)		
		魚・肉・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 果物・きのこ	米・パン・めん いも・砂糖	油脂・種実		
20 (月)	ごはん 牛乳 ししゃもフライ(小中2コ) たくじょうソース ごまあえ ぶたじる ④ミニチーズ		牛乳			ごはん パンこ こむぎこ	あぶら	637 867	25.8 35.0
21 (火)	むぎごはん 牛乳 ハヤシチュー ミートボール(小2コ・中3コ) だいずサラダ コーンクリームドレッシング	ぶたにく	牛乳	にんじん トマト トマト にんじん	たまねぎ グリンピース マッシュルーム たまねぎ キャベツ とうもろこし	むぎごはん じゃがいも パンこ さとう	ハヤシルウ カレールウ あぶら	612 778	21.7 26.2
22 (水)	ごはん 牛乳 けんちんしのだのみそかけ はくさいのあおなあえ かきたまじる	とうふ あぶらあげ すけそうだら みそ	牛乳	にんじん にんじん だいこんのは にんじん はねぎ		ごはん さとう でんぷん	あぶら	627 785	23.9 27.4
23 (木)	ちゅうかめん 牛乳 しょうゆラーメンのしる はるまき フルーツあんじん	ぶたにく なると ぶたにく	牛乳	にんじん はねぎ にんじん いら	キャベツ もやし キャベツ たまねぎ たけのこ にんにく しいたけ みかん パイナップル おうとう	ちゅうかめん はるさめ でんぷん さとう こむぎこ	あぶら	650 758	22.9 26.0
24 (金)	ごはん 牛乳 さばのしおやき たくあんあえ じゃがいものそばろに	さば	牛乳	にんじん	キャベツ たくあんづけ たまねぎ グリンピース こんにゃく	ごはん さとう でんぷん	あぶら	653 817	31.1 37.3
27 (月)	ごはん 牛乳 あつやきたまご おかかあえ ちくぜんに	たまご かつおぶし とりにく なまあげ	牛乳	にんじん こまつな にんじん さやいんげん		ごはん さとう でんぷん	あぶら	637 801	25.1 29.8
28 (火)	ごはん 牛乳 かつおのたつたあげ ささみともやしのあえもの なめこのみそしる	かつお とりにく とうふ みそ	牛乳	にんじん	しょうが もやし きゅうり だいこん なめこ	ごはん でんぷん さとう	あぶら	598 753	26.9 32.3
29 (水)	こがたロールパン 牛乳 キャベツいりメンチカツ イタリアンスパゲッティ オレンジ	ぶたにく とりにく ぶたにく	牛乳	にんじん トマト ほうれんそう	キャベツ たまねぎ マッシュルーム オレンジ	パン パンこ こむぎこ スパゲッティ	あぶら オリーブオイル	661 753	24.6 27.8
30 (木)	むぎごはん 牛乳 やきぎょうざ(小2コ・中3コ) プルコギ ちゅうかスープ	ぶたにく とりにく ぶたにく とうふ	牛乳	いら にんじん にんじん チンゲンサイ はねぎ		むぎごはん でんぷん こむぎこ さとう	あぶら ごま ごまあぶら	589 756	24.4 29.5
31 (金)	ごはん 牛乳 いかフライのレモンソース きりぼしだいこんのにつけ ふのすまじる ◎ヨーグルト	いか あぶらあげ かまぼこ	牛乳	にんじん にんじん はねぎ	レモン きりぼしだいこん えだまめ はくさい たまねぎ えのきたけ	ごはん パンこ こむぎこ でんぷん さとう	あぶら	660 811	23.5 27.5

※都合により材料を変更することがあります。◎印の日は業者配送です。



<基準値>	
小学校	650
中学校	830

5月5日は、男の子の健やかな成長と幸せを願ってお祝いをする「端午の節句」です。こいのぼりや五月人形を飾り、しょうぶの葉を入れたお風呂に入って邪気を払い、かしわもちなどのお菓子を食べます。2日の給食は「端午の節句献立」です。お楽しみに。

*** 世界の料理 スペイン(14日) ***

大西洋と地中海に面し、古くからさまざまな民族が行き交う場所にあるスペインでは、地方によって個性豊かな料理がつけられてきました。

今月の重点目標「しっかり食べよう」

学校給食は、献立1食分で健康や成長のために必要な栄養がバランスよくとれるように考えて作られています。できれば全部残さず、苦手なものでも一口は挑戦して食べてみましょう。



■パエリア

バレンシア地方で生まれた米料理です。ムール貝などのシーフードを入れたものから、鶏肉やきのこを入れたシンプルなものまで、地方や家庭によってさまざまな味があります。



■コシード

マドリッド地方の料理です。羊の肉やソーセージ、ひよこ豆、野菜類などをじっくり煮込んで作ります。



～ 今月の給食で使う愛知県産の野菜 ～
にんじん・たまねぎ・じゃがいも・きゅうり・はねぎ・もやし
だいこん・ほうれんそう・こまつな・キャベツ・チンゲンサイ

