



2024年 5月

# 学校給食献立表

給食回数 21回

東郷町給食センター（学校）

給食日	献立名	主な食品とその働き	赤の仲間（血や肉や骨になる）		緑の仲間（体の調子を整える）		黄の仲間（熱や力の元になる）	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群
			肉・魚・大豆・大豆製品	牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・きのこ・果物	穀類・いも類・砂糖	油脂類・種実類
1	水	ごはん 鶏肉のお茶め揚げ 小松菜と白菜のおひたし 若竹汁	鶏肉		有機小松菜(町)	しょうが, にんにく, せん茶 はくさい	ごはん(町) でんぷん きび糖	米ぬか油
子どもの日 メニュー	2	木	ごはん かぶとハンバーグおろしソース 土佐あえ ★うのはな汁 △かしわもち	鶏肉, 大豆, 豚肉 かつお節 鶏肉, 油揚げ(県), おから, 白みそ(県)	トマト ほうれんそう, にんじん にんじん	たまねぎ, にんにく, しょうが, 大根(県), ゆず果汁 キャベツ(県), もやし(県) ごぼう, ねぎ	ごはん(町) 砂糖, でんぷん さといも 米粉, 砂糖, でんぷん	豚脂
7	火	たけのこご飯 ★いわしの生姜煮 ささみとチンゲンサイのごまだれ ▲蒲郡みかんゼリー	鶏肉, 油揚げ(県) いわし ササミオイル漬	にんじん にんじん, チンゲン菜(県)	たけのこ, しいたけ しょうが もやし(県) みかん果汁(県)	ごはん(町) アルファ化米(県), アルファ化もち米, 三温糖 でんぷん 三温糖 でんぷん 三温糖	米ぬか油 練りごま	
8	水	玄米ごはん ハッシュドポーク 米粉のじゃがいもコロッケ バリバリ食べようサラダ(●バリ麺)	豚肉(県) 豚肉(県), 牛肉 まぐろ油漬	にんじん, トマト(町), ピーマン にんじん, パセリ ファーストトマト(町)(生)	たまねぎ(県), マッシュルーム, しめじ, にんにく たまねぎ きゅうり, ゆず果汁	米粉, 砂糖, でんぷん, とうもろこし粉 じゃがいも, 三温糖, 米粉, でんぷん 小麦粉, 三温糖	米ぬか油, 植物油, 大豆油 米ぬか油 植物油, ごま油	
9	木	ごはん ホタテとパプリカの炒め物 きゅうりのごま醤油(●ごま) はるさめスープ	ほたてがし, 鶏肉 鶏肉, 豚肉	にんじん, 黄ピーマン にんじん	きゅうり しめじ, たまねぎ(県), ねぎ	ごはん(町) 三温糖 はるさめ	米ぬか油, ノエグ大豆マヨネーズ ごま油, ごま 米ぬか油	
10	金	白玉うどん 山菜うどんの汁 しらすの米粉かき揚げ ささみときゅうりの梅あえ	豚肉(県), 油揚げ(県) しらす ササミオイル漬	にんじん, わらび, たけのこ, しめじ, なめこ, しいたけ, ねぎ にんじん	たまねぎ(県) もやし(県), きゅうり, 梅干し	白玉うどん(県) でんぷん 米粉(町), でんぷん でんぷん, 三温糖	米ぬか油	
13	月	玄米ごはん ★お好みどんぶり 磯香あえ おじゃがもち汁	おから, 鶏肉, まぐろ油漬 鶏肉, 油揚げ(県)	にんじん にんじん	しょうが, しいたけ はくさい, きゅうり こんにゃく, 大根(県), しめじ, ねぎ	玄米ごはん(町) 三温糖 三温糖 じゃがいも, でんぷん	米ぬか油	
14	火	ごはん しゅうまいねぎソース小2中3 豚肉とキャベツの炒め煮 ★中華豆腐汁	豚肉 豚肉(県) 鶏肉, 豆腐(県), 豚肉	にんじん にんじん にんじん	たまねぎ, しょうが, レモン果汁, ねぎ キャベツ(県), たまねぎ(町) たまねぎ, ねぎ	ごはん(町) 小麦粉, でんぷん, 三温糖 でんぷん, 三温糖 でんぷん	ごま油 ごま油	
15	水	ごはん ★ゴーヤチャンプル イナムドゥチ フレッシュバイ	豚肉(県), 豆腐, 鶏卵(県)かつお節 豚肉(県), かまぼこ, 白みそ(県)	にがうり(県), にんじん にんじん	たまねぎ(町) こんにゃく, 大根(県), しいたけ, ねぎ パインアップル(生)	ごはん(町) 上新粉, 砂糖, でんぷん	大豆油 米ぬか油	
16	木	クロスロールパン チキンのレモン焼き コールスローサラダ ★人参とさつま芋の豆乳ポタージュ	鶏肉 チキンハム 豆乳	にんじん にんじん, パセリ(県)	レモン果汁 キャベツ(県), とうもろこし たまねぎ	クロスロールパン 三温糖, でんぷん きび糖 さつまいも, きび糖, 米粉, でんぷん	米ぬか油, 植物油	
17	金	ごはん 青しそ入りあじフライ アーモンド和え(●ア-モント) ★呉汁	まあじ, 大豆 豚肉(県), 油揚げ(県), 大豆, 白みそ(県)	しそ(県) ほうれんそう, にんじん にんじん	もやし(県) こんにゃく, 大根(県), ねぎ	ごはん(町) 小麦粉 さといも	米ぬか油 アーモンド	
にこにこ 給食	20	月	△紫の野菜ジュース 東郷町産有機栽培米 豚丼の具 こんぶ和え さつま汁	豚肉(県) 鶏肉, 赤みそ(県)	にんじん, しそ, ブロッコリー, ケール, グリーンアスパラガス, パセリ, ほうれんそう, かぼちゃ, 赤ピーマン, クランベリー たまねぎ, エリンギ, しょうが もやし(県), きゅうり ごぼう, 大根(県), こんにゃく, ねぎ	有機栽培米(町) でんぷん さつまいも	米ぬか油	
21	火	コーンピラフ アンサンブルエッグ ★ひじきサラダ ▲★ヨーグルト (◆りんごゼリー)	鶏肉 鶏卵, 鶏肉 まぐろ油漬, 大豆(県) ひじき ヨーグルト	にんじん かぼちゃ ほうれんそう, にんじん	キャベツ(県), ゆず果汁 りんご, りんご果汁	アルファ化米(県) 砂糖, でんぷん 三温糖	オリーブ油 ひまわり油 米ぬか油, オリーブ油	
22	水	ごはん 米粉のいかフライレモンソースかけ ほうれん草ともやしのあえもの のっぺい汁	いか 鶏肉, 油揚げ(県)	にんじん, ほうれんそう にんじん	レモン果汁 もやし こんにゃく, 大根(県), ねぎ	ごはん(町) 米粉, ノモコシでんぷん, 三温糖 三温糖 さといも, でんぷん	米ぬか油	
23	木	玄米ごはん ★麻婆豆腐 愛知県産野菜ぎょうざ小2中3 ★ほうれん草のりじゃこナムル	豚肉(県), 大豆ミンチ(県), 豆腐, 赤みそ(県), コチジャン 豚肉(県) しらす, きざみのり	にんじん にんじん ほうれんそう	しょうが, にんにく(町), たけのこ, ねぎ たまねぎ, れんこん もやし	玄米ごはん(町) 三温糖, でんぷん でんぷん, 三温糖, 小麦粉 三温糖	米ぬか油, ごま油 植物油, 米ぬか油 ごま油	
24	金	ソフトめん 肉みそかけ 千草あえ オレンジ	豚肉(県), 豚レバー, 赤みそ(県) 油揚げ(県)	にんじん ほうれんそう, 有機小松菜(町)	しょうが, たまねぎ(町), たけのこ, しいたけ, ねぎ もやし オレンジ(生)	ソフトめん 砂糖, でんぷん きび糖	大豆油, 米ぬか油	
27	月	玄米ごはん 根菜入りドライカレー 福神ドレッシングサラダ コンソメスープ	牛肉, 豚肉(県) ベーコン	にんじん, トマト(町) にんじん	ごぼう, たまねぎ(町) なた豆, しそ, 大根, うり, なす, れんこん, きゅうり, しょうが, キャベツ(県) たまねぎ(町), キャベツ(県), しめじ	玄米ごはん(町) 三温糖 でんぷん 三温糖	米ぬか油 米ぬか油 米ぬか油	
28	火	ごはん はんぺんの生姜焼 五目きんぴら(●ごま) 新じゃがいものみそ汁	野菜入はんぺん 豚肉(県) 豚肉(県), 油揚げ(県), 赤みそ(県), 白みそ(県)	にんじん にんじん にんじん	しょうが ごぼう, こんにゃく えのきたけ, たまねぎ(県), ねぎ	ごはん(町) 三温糖, でんぷん 砂糖 じゃがいも	米ぬか油, ごま, ごま油	
29	水	ごはん かぼちゃコロッケ ひじきとツナのみかけ けんちん汁	大豆 まぐろ油漬, かつお節 鶏肉, 豆腐, 油揚げ(県)	かぼちゃ 小松菜(県), にんじん にんじん	たまねぎ こんにゃく, ごぼう, 大根(県), ねぎ	ごはん(町) 小麦粉, 砂糖, とうもろこしでんぷん 三温糖	米ぬか油, 植物油 ごま, ごま油	
30	木	ミルクロールパン ★ポークビーンズ アスパラガスとベーコンのサラダ フルーツミックス	豚肉(県), 大豆 ベーコン	にんじん, トマト(町) グリーンアスパラガス, にんじん	たまねぎ(町) キャベツ(町) みかん(缶), 黄桃(缶), パインアップル(缶)	ミルクロール じゃがいも, 砂糖 三温糖 でんぷん	米ぬか油 オリーブ油	
31	金	ごはん かつお入りキャベツつくね ★切干大根シャキシャキサラダ トマトとのりの卵スープ(●焼きのり)	鶏肉, 削り節 ロースハム 鶏卵(県), のり	えんどうまめ トマト(町)	キャベツ, しょうが 切干だいこん(県), きゅうり, ゆず果汁 キャベツ(県), たまねぎ(町)	ごはん(町) でんぷん, 砂糖 三温糖 でんぷん	豚脂 ノエグ大豆マヨネーズ, ごま油	

★マークはカルシウムを多く含む献立です。(小)は小学校のみ(中)は中学校のみ提供されます。▲印は業者が配送・回収する食品です。△印は業者が配送する食品です。●印はクラスづきの食品です。◆印はアレルギーの代替食です。(県)は愛知県内でとれたものです。(町)は東郷町内でとれたものです。斜体の食材は東郷町が公費負担している食材です。《都合により献立内容が変更したり、天候等により産地が変更したりする場合があります。》

<p>【献立について】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・2日 こどもの日メニューです。「かしわもち」が出ます。柏の木は、新しい目が出ないと古い葉が木から落ちないとされ、そこから「あとつきがいなくなるなし」と縁起のよい木とされています。</li> <li>・10日 かみかみメニューの日です。「しらすの米粉かき揚げ」をよく噛んで食べましょう。よく噛むことでごを強くし、歯並びをよくしてむし歯を予防します。</li> </ul>	<p>【今月の応募献立】</p> <p>31日「トマトとのりの卵スープ」音貝小学校6年生 上田 ゆきね さん 別添えの焼きのりは、教室で食缶に入れて混ぜてから、配膳してください。トマトの酸味と卵とのりがとても合い、おいしいです。</p>
--	--