



# 徳島市小学校給食予定献立表

## 令和5年 5月分

徳島市教育委員会

日	曜	献立内容	材料名(食品名)		
			赤 血や肉や骨に なるもの	緑 体の調子を 整えるもの	黄 働く力や熱に なるもの
1	月	ごはん 牛乳 煮込みハンバーグ ポテトスープ	牛乳 ハンバーグ ベーコン	たまねぎ にんじん ねぎ	精白米 強化米 さとう じゃがいも
2	火	ごはん 牛乳 白身魚カツ ばんさんすう	牛乳 白身魚カツ ロースハム きんし卵	キャベツ きゅうり にんじん	精白米 強化米 油 はるさめ さとう ごま油
8	月	ごはん 牛乳 オイスターソース炒め 大豆ごぼうミンチカツ	牛乳 豚肉 大豆ごぼうミンチカツ	しょうが にんにく にんじん たまねぎ ヤングコーン キャベツ 小松菜	精白米 強化米 油 さとう
9	火	ごはん 牛乳 新じゃがのうま煮 おひたし ハニーピーナッツ	牛乳 豚肉 ちくわ 厚揚げ	にんじん たまねぎ こんにゃく さやいんげん はくさい	精白米 強化米 じゃがいも さとう 油 ハニーピーナッツ
10	水	(麦ごはん) 牛乳 ドライカレー コンスープ	牛乳 豚肉 ベーコン とうふ わかめ 卵	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ピーマン とうもろこし	精白米 強化米 押麦 油 カレールウ でんぷん
11	木	ごはん 牛乳 とうふの中華風煮 海藻サラダ 青じそドレッシング	牛乳 とうふ えび 豚肉 わかめ	たまねぎ にんじん 干しいたけ グリーンピース にんにく キャベツ とうもろこし	精白米 強化米 油 さとう でんぷん ごま油
12	金	ごはん 牛乳 メルルーサのごまみそかけ すまし汁	牛乳 メルルーサ 赤みそ とうふ かまぼこ	たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ	精白米 強化米 でんぷん 油 さとう 白ごま
15	月	ごはん 牛乳 さんまのかんろ煮 はくさいの付け合わせ ひじきのいため煮	牛乳 さんまかんろ煮 とり肉 ひじき がんもどき 大豆	はくさい こんにゃく にんじん さやいんげん	精白米 強化米 油 さとう
16	火	ごはん 牛乳 洋風煮 揚げ肉団子 ケチャップ	牛乳 とり肉 ウィンナー 肉だんご	にんじん たまねぎ キャベツ えだまめ	精白米 強化米 じゃがいも さとう 油
17	水	ごはん 牛乳 八宝菜 ポークしゅうまい	牛乳 豚肉 えび いか うずら卵 ポークシューマイ	しょうが にんじん たまねぎ はくさい たけのこ 小松菜 にんにく	精白米 強化米 油 ごま油 でんぷん さとう
18	木	ごはん 牛乳 とり肉とこんにゃくのみそ煮 ごまあえ キャンディチーズ	牛乳 とり肉 がんもどき 赤みそ チーズ	しょうが こんにゃく ごぼう にんじん さやいんげん キャベツ	精白米 強化米 油 さとう 白ごま
19	金	ごはん 牛乳 れんこんのはさみ揚げ ふしめんミネストローネ	牛乳 とり肉 とり肉 白いんげん豆	れんこんのはさみ揚げ たまねぎ にんじん ホールトマト	精白米 強化米 油 ふしめん
22	月	ごはん 牛乳 高野豆腐の卵とじ 小さいわしのフライ	牛乳 高野豆腐 とり肉 かまぼこ 卵 小さいわしフライ	たまねぎ にんじん えだまめ	精白米 強化米 さとう 油
23	火	(ごはん) 牛乳 カレーライス フルーツカクテル	牛乳 豚肉 脱脂粉乳	たまねぎ にんじん グリンピース にんにく みかん パイン 黄桃	精白米 強化米 じゃがいも カレールウ 油 三色ゼリー
24	水	ごはん 牛乳 さばのみそ煮 豚肉とごぼうの炒め煮	牛乳 さば 赤みそ 豚肉 さつまあげ	しょうが たまねぎ ごぼう こんにゃく にんじん さやいんげん	精白米 強化米 さとう 油 白ごま
25	木	ごはん 牛乳 キャベツのミンチカツ ミニトマト けんちん汁	牛乳 キャベツミンチカツ とうふ、とり肉 油揚げ	ミニトマト だいこん にんじん ごぼう こんにゃく ねぎ	精白米 強化米 油 じゃがいも ごま油
26	金	小型コッペパン 牛乳 焼きピーフン えだまめサラダ ごまドレッシング	牛乳 豚肉 いか ちくわ	キャベツ たまねぎ にんじん きゅうり えだまめ とうもろこし	パン ピーフン 油 ごま油 ごまドレッシング
29	月	ごはん 牛乳 アジのフライ ポイルキャベツ ウスターソース みそ汁	牛乳 アジのフライ とうふ、油揚げ 赤みそ 白みそ	キャベツ たまねぎ にんじん ねぎ	精白米 強化米 油 さつまいも
30	火	ごはん 牛乳 厚揚げのそぼろ煮 厚焼き卵	牛乳 豚肉 厚揚げ ちくわ 厚焼き卵	しょうが こんにゃく にんじん たまねぎ さやいんげん	精白米 強化米 さとう 油
31	水	(ごはん) 牛乳 キムチ丼 春巻き	牛乳 豚肉 春巻き	キムチ しょうが もやし はくさい たら たまねぎ にんじん にんにく	精白米 強化米 油 さとう ごま油 白ごま

☐は、食育の日献立です。徳島県産のれんこんを使用した「れんこんのはさみ揚げ」や、徳島の特産品である「ふしめん」や旬の春にんじん・新玉ねぎを使った「ふしめんミネストローネ」を実施します。

