



# 徳島市小学校給食予定献立表

## 令和6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 け力 や熱 に なるもの
1	水	ごはん しそひじき 牛乳 とうふの中華風煮 きゅうりの土佐あえ	牛乳 しそひじき とうふ えび 豚肉 花かつお	たまねぎ にんじん にんにく 干しいたけ グリンピース きゅうり レモン汁	精白米 強化米 油 さとう てんぷん ごま油
2	木	麦ごはん 牛乳 いかのフリッター ばんさんすう パワフルチーズ	牛乳 いかのフリッター ロースハム きんし卵 チーズ	キャベツ きゅうり にんじん	精白米 強化米 押麦 油 はるさめ さとう ごま油
7	火	ごはん 牛乳 オイスターソースいため 鮭の野菜カツ	牛乳 豚肉 鮭の野菜カツ	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 さやいんげん	精白米 強化米 油 さとう
8	水	(ごはん) 牛乳 牛井 阿波っ子ナムル スイートポテト	牛乳 牛肉 かまぼこ わかめ	こんにゃく たまねぎ ねぎ 小松菜 もやし にんじん すだち酢	精白米 強化米 油 さとう ごま油 スイートポテト
9	木	麦ごはん 牛乳 ちくわのいそべ揚げ 豚汁	牛乳 ちくわ 青のり 卵 豚肉 油揚げ 赤みそ 白みそ	にんじん ごぼう 大根 ねぎ	精白米 強化米 押麦 てんぷん 小麦粉 油 さつまいも
10	金	ごはん 牛乳 新じゃがのうま煮 ごまあえ 小魚アーモンド	牛乳 豚肉 ちくわ 厚揚げ 小魚	にんじん たまねぎ こんにゃく さやいんげん キャベツ	精白米 強化米 じゃがいも さとう 油 白ごま アーモンド
13	月	ごはん 牛乳 いわしのかんろ煮 茎わかめのつくだ煮あえ 豚肉とごぼうのいため煮	牛乳 いわしのかんろ煮 茎わかめのつくだ煮 豚肉 さつまあげ	はくさい 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
14	火	ごはん 牛乳 肉団子の酢豚風 パインアップル	牛乳 肉だんご	たまねぎ にんじん たけのこ ピーマン 干しいたけ パイン	精白米 強化米 油 さとう てんぷん
15	水	ごはん 牛乳 洋風煮 ほうれん草オムレツ ケチャップ	牛乳 とり肉 ウィナー ほうれん草オムレツ	にんじん たまねぎ キャベツ グリンピース	精白米 強化米 じゃがいも さとう
16	木	(麦ごはん) 牛乳 ドライカレー 五目スープ プリン	牛乳 豚肉 とり肉 わかめ	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ピーマン キャベツ とうもろこし	精白米 強化米 押麦 油 カレールウ プリン
17	金	ごはん 牛乳 ホキフライ ポイルキャベツ ウスターソース そば米汁	牛乳 ホキフライ とり肉 とうふ ちくわ 油揚げ	キャベツ にんじん 干しいたけ ねぎ	精白米 強化米 油 そば米
20	月	ごはん 牛乳 キャベツのミンチカツ はくさいの付け合わせ ポン酢しょうゆ ひじきのいため煮	牛乳 キャベツミンチカツ 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
21	火	ごはん 牛乳 厚揚げのそぼろ煮 ごぼうサラダ ごまドレッシング	牛乳 豚肉 厚揚げ ちくわ	しょうが こんにゃく にんじん たまねぎ えだまめ ごぼう きゅうり とうもろこし	精白米 強化米 さとう 油 ごまドレッシング
22	水	ごはん 牛乳 さわらのすだち風味 すまし汁	牛乳 さわら とうふ かまぼこ	すだち酢 たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ	精白米 強化米 てんぷん 油 さとう
23	木	玄米ごはん 牛乳 高野豆腐の卵とじ おひたし ミニチーズ	牛乳 高野豆腐 とり肉 かまぼこ 卵 チーズ	たまねぎ にんじん グリンピース はくさい 小松菜	精白米 強化米 玄米 さとう
24	金	小型コッペパン 牛乳 焼きビーフン えだまめサラダ オニオンドレッシング	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 チョコレートパテ ビーフン 油 ごま油 オニオンドレッシング
27	月	ごはん 牛乳 さばのしょうが煮 塩昆布あえ 豚肉とこんにゃくのみそ煮	牛乳 さばのしょうが煮 塩昆布 豚肉 厚揚げ ちくわ 赤みそ	きゅうり しょうが こんにゃく にんじん たけのこ さやいんげん	精白米 強化米 さとう 油
28	火	ごはん 牛乳 和風ハンバーグ ミニトマト ふりかけ(大豆) ポテトスープ	牛乳 ハンバーグ ベーコン	しょうが ミントマト たまねぎ にんじん とうもろこし ねぎ	精白米 強化米 さとう 白ごま じゃがいも
29	水	ごはん 牛乳 野菜コロッケ ポイルキャベツ ウスターソース かぼちゃのみそ汁	牛乳 とうふ 油揚げ 赤みそ 白みそ	キャベツ かぼちゃ たまねぎ にんじん ねぎ	精白米 強化米 野菜コロッケ 油
30	木	(玄米ごはん) 牛乳 カレーライス フルーツゼリーミックス	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 黄桃 パイン	精白米 強化米 玄米 じゃがいも カレールウ 油 ゼリー
31	金	ごはん 牛乳 野菜いため 春巻き	牛乳 豚肉 いか 春巻き	しょうが キャベツ たまねぎ にんじん さやいんげん ヤングコーン	精白米 強化米 油 ごま油

☐は、食育の日献立です。今月は徳島県の郷土料理「そば米汁」を実施します。そばの実をそのまま調理するのは徳島県だけだそうです。昔、お米の代わりにそばの実をゆでて食べていたのがはじまりといわれています。徳島県産のとり肉・にんじん・ねぎ・干しいたけも使用する予定です。