



徳島市小学校給食予定献立表

令和4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
2	月	4/30の代休			
6	金	ごはん 牛乳 とり肉とキャベツのカレーソーテー 枝豆の豆腐ミンチカツ	牛乳 ベーコン とり肉 枝豆の豆腐ミンチカツ	キャベツ にんじん たまねぎ ヤングコーン さやいんげん にんにく	精白米 強化米 カレールウ 油
9	月	ごはん 牛乳 さんまのかんろ煮 ゆかりづけ ひじきのいため煮	牛乳 さんまのかんろ煮 とり肉 ひじき がんもどき 大豆	はくさい ゆかり こんにゃく にんじん えだまめ	精白米 強化米 油 さとう
10	火	ごはん 牛乳 とうふの中華風煮 野菜サラダ マヨネーズ	牛乳 とうふ えび 豚肉	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 きゅうり とうもろこし	精白米 強化米 油 さとう だんぷん ごま油 マヨネーズ
11	水	赤飯 ごま塩 牛乳 ちくわのいそげ揚げ みそ汁	牛乳 小豆 ちくわ 青のり 卵 厚揚げ 赤みそ 白みそ	たまねぎ にんじん ねぎ	精白米 もち米 ごま塩 だんぷん 小麦粉 油 さつまいも
12	木	(ごはん) 牛乳 ドライカレー 五目スープ クレープ	牛乳 豚肉 とり肉	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 パセリ	精白米 強化米 油 カレールウ クレープ
13	金	小型コッパパン 牛乳 焼きそば ポークしゅうまい	牛乳 豚肉 いか さつまあげ 花かつお 青のり ポークしゅうまい	にんじん たまねぎ キャベツ	コッパパン 中華そば 油 さとう
16	月	ごはん 牛乳 さわらのてりやき風 すまし汁	牛乳 さわら 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 だんぷん 油 さとう
17	火	ごはん 牛乳 洋風煮 ハウレン草オムレツ ケチャップ	牛乳 とり肉 ウインナー ハウレン草オムレツ	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
18	水	ごはん 牛乳 野菜コロッケ ボイルキャベツ 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
19	木	(ごはん) 牛乳 親子丼 阿波っ子ナムル ハニーピーナッツ	牛乳 とり肉 かまぼこ 卵 わかめ	にんじん たまねぎ 干しいたけ ねぎ 小松菜 もやし すだち酢	精白米 強化米 さとう ごま油 ハニーピーナッツ
20	金	ごはん 牛乳 じゃがいものでぼろ煮 おひたし キャンディチーズ	牛乳 豚肉 ちくわ チーズ	しょうが にんじん たまねぎ えだまめ はくさい	精白米 強化米 じゃがいも 油 さとう
23	月	ごはん 牛乳 切り干し大根のたまごとし いわしの梅煮	牛乳 とり肉 さつまあげ 卵 いわしの梅煮	切り干し大根 にんじん グリーンピース	精白米 強化米 さとう 油
24	火	ごはん 牛乳 とり肉のすだち風味 ふしめん汁	牛乳 とり肉 えび わかめ	すだち酢 たまねぎ にんじん 干しいたけ ねぎ	精白米 強化米 だんぷん 油 さとう ふしめん
25	水	(麦ごはん) 牛乳 ハヤシライス フルーツゼリーミックス	牛乳 豚肉	たまねぎ にんじん グリンピース にんにく トマトビュレ みかん 黄桃 パイン	精白米 強化米 押麦 じゃがいも 油 ハヤシルウ 生クリーム デミグラスソース ゼリー
26	木	ごはん 牛乳 とり肉とこんにゃくのみそ煮 厚焼き卵 塩昆布あえ	牛乳 とり肉 がんもどき 赤みそ 厚焼き卵 塩昆布	しょうが こんにゃく ごぼう にんじん えだまめ キャベツ	精白米 強化米 油 さとう
27	金	きなこあげパン 牛乳 肉だんごの照り煮 野菜スープ	牛乳 きなこ 肉だんごの照り煮 とり肉 かまぼこ わかめ	にんじん たまねぎ キャベツ	パン 油 さとう
30	月	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
31	火	ごはん 牛乳 新じゃがのうま煮 ごまあえ ヨーグルト	牛乳 豚肉 ちくわ 厚揚げ ヨーグルト	にんじん たまねぎ こんにゃく えだまめ はくさい 小松菜	精白米 強化米 じゃがいも さとう 油 白ごま

は、「食育の日」の献立です。毎月、19日の食育の献立の日には、旬の食材や徳島県産の食材を使用した献立を取り入れています。今月の「親子丼」には、徳島県産のとり肉、卵、にんじん、干しいたけ、ねぎ、煮干しを使用しています。また、「阿波っ子ナムル」は、徳島県産のすだち酢で味付けをしている他、肉厚でしっかりとした歯ごたえのある鳴門わかめを使っており、鳴門わかめの風味とすだちのさわやかな味わいとなっています。