



# 5月 小学校給食こんだて表

春日井市教育委員会  
学校給食課

こんげつ 今月のこんだて目標  
もくひょう 新緑の季節にとれる食べ物を味わおう  
しんりよく きせつ た もの あじ

日	曜	こんだて名		主な材料とその働き			
		園	園	園 体をつくる	園 体の調子を整える	園 体を動かすエネルギーになる	
7	火	麦ごはん	牛乳	五目じる 肉みそひじきどんのぐ まっちゃデザート	とうふ とり肉 ぶた肉 ひじき みそ まっちゃデザート	だいこん にんじん ねぎ しいたけ たまねぎ にんじん しょうが	さとう でん粉
8	水	麦ごはん	牛乳	だいこんとぶた肉のもの ごぼうとナッツのサラダ れいとう洋なし	生あげ ぶた肉 まぐろ油づけ	だいこん こんにゃく にんじん さやいんげん きゅうり とうもろこし ごぼう にんじん 洋なし	さといも さとう 米油 アーモンド 白ごま さとう ごま油
9	木	麦ごはん	牛乳	こくしょうじる ぶりのてり焼き きゅうりづけ	とうふ 油あげ みそ ぶり	だいこん にんじん ごぼう ねぎ しいたけ きゅうりづけ	じゃがいも ごま油 さとう
10	金	クロス ロールパン	牛乳	新たまねぎのスープ しおこうじりのフリット 西洋風ソース	ベーコン とり肉 生クリーム	新たまねぎ キャベツ にんじん とうもろこし パセリ たまねぎ ぶなしめじ	ひよこ豆 オリーブ油 米油 バター
13	月	玄米ごはん	牛乳	えがおのハヤシチュー とうふナゲット(2こ) ブロッコリーのマリネ	ぶた肉 とうふ 魚肉すりみ	たまねぎ にんじん マッシュルーム にんにく トマト たまねぎ にんじん ブロッコリー	じゃがいも ハヤシルウ さとう なたね油 小麦粉 大豆油 米油 ドレッシング
14	火	麦ごはん	牛乳	かんとうに さばぎんがみ焼き こまつなのなめたけあえ	うずらたまご ちくわ こんぶ さば みそ	だいこん にんじん こんにゃく こまつな えのきたけのつくだに	さといも さとう さとう
15	水	ごはん	牛乳	ぐだくさんすましじる じゃがひじき まんじゅう かつおふりかけ	とり肉 かまぼこ ひじき ベーコン かつおふりかけ	たけのこ にんじん ごぼう こまつな エリンギ たまねぎ えだ豆	じゃがいも さとう まんじゅう
16	木	ごはん	牛乳	とうふのちゅうかはん はるまき ココアパウダー	とうふ ぶた肉 うずらたまご とり肉	たまねぎ キャベツ にんじん しょうが にんにく たまねぎ キャベツ	さとう でん粉 小麦粉 米油 ココアパウダー
17	金	ソフトめん	牛乳	ミートソース チキンサラダ れいとうりんご	ぶた肉 牛肉 大豆 チーズ だっし粉乳 とり肉	たまねぎ にんじん マッシュルーム グリーンピース きゅうり キャベツ にんじん りんご	トマトルウ さとう さとう 白ごま ごま油
20	月	ごはん	牛乳	スタミナじる まぐろのあまからに きざみたくあん 手まきのり	とうふ ぶた肉 油あげ みそ まぐろ油づけ のり	たまねぎ にんじん ねぎ にんにく しょうが たくあんづけ	じゃがいも さとう 米油
21	火	ごはん	牛乳	牛肉とたまねぎのうまに おひたし れいとうおうとう	牛肉 焼きどうふ かまぼこ しらすぼし	たまねぎ しらたき ねぎ にんじん エリンギ もやし ほうれんそう にんじん もも	さとう 米油 白ごま さとう サラダ油
22	水	サンドイッチ ロールパン	牛乳	ドライカレー 焼きウインナー コールスロー	牛肉 大豆 ポークウインナー	たまねぎ にんじん マッシュルーム とうもろこし ピーマン トマト りんご にんにく キャベツ	カレールウ 米油 米油 ドレッシング
23	木	麦ごはん	牛乳	ちゅうかかいせんうまに あげしゅうまい(2こ) もやしのナムル	うずらたまご いか えび ちくわ ぶた肉	たまねぎ キャベツ たけのこ にんじん チンゲンサイ たまねぎ もやし	さとう でん粉 小麦粉 米油 白ごま さとう ごま油
24	金	わかめ ごはん	牛乳	肉じゃが ニギスフライ れいとう洋なし たく上ソース	ぶた肉 ニギス	たまねぎ こんにゃく にんじん グリーンピース 洋なし	じゃがいも さとう パン粉 小麦粉 米油
27	月	麦ごはん	牛乳	はるさめスープ とり肉の カシューナッツいため れいとうみかん	ぶた肉 とり肉	たまねぎ エリンギ にんじん チンゲンサイ たけのこ にんじん えだ豆 しょうが みかん	はるさめ カシューナッツ さとう でん粉
28	火	サンドイッチ パンズパン	は こ う 乳	白いんげんのポターージュ えびカツ ポイルキャベツ 小ぶくらたまごなし タルタルソース	牛乳 とり肉 生クリーム だっし粉乳 えび たら	たまねぎ にんじん マッシュルーム アスパラガス キャベツ	白いんげん豆 ホワイトルウ バター パン粉 小麦粉 米油 たまごなしタルタルソース

# 5月

日	曜	こんだて名		主な材料とその働き			
		園	園	園 体をつくる	園 体の調子を整える	園 体を動かすエネルギーになる	
29	水	ごはん	牛乳	こうやどうふのたまごとじ	たまご とり肉 かまぼこ こうやどうふ	たまねぎ にんじん さやいんげん	さとう
				かつおと大豆の レモンじょうゆあえ	かつお 大豆	えだ豆 レモン	でん粉 小麦粉 米油 さとう
30	木	麦ごはん	牛乳	あつあげカレーどんのぐ	生あげ ぶた肉 かまぼこ	たまねぎ にんじん ピーマン	でん粉
				コロコロポテトサラダ	まぐる油づけ	キャベツ たまねぎ にんじん とうもろこし	じゃがいも オリーブ油 さとう
				れいとうパイナップル		パイナップル	
31	金	ごはん	牛乳	サボテンきしめんじる	とり肉 油あげ	たけのこ にんじん ねぎ しいたけ	サボテンきしめん
				肉だんごのやさいあん ピーチゼリー	ぶた肉	たまねぎ 赤パプリカ さやいんげん ピーチゼリー	さとう でん粉 米油

- ① 都合により献立を変更する場合があります。 ② すべての食材を表記しているものではありません。 ③ 主食となるめん類は前日に製造しています。 ④ ♪マークは、食缶・フライ缶のおかずは、特定原材料7品目（卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生）を使用していない献立です（調味料を除く）。

## 愛知県の特産品を使った料理



24日（金） ニギスフライ

ニギスは、愛知県の三河湾でよくとれます。見た目が魚のキスに似ていることから、ニギスと言われています。体長が20cmほどの細長い魚で、体の大きさに比べて大きな目をしているのが特徴です。100～400mの海の深いところに住み、小さい魚などを食べています。



## 静岡県産の郷土料理



9日（木） こくしょうじる

「こくしょうじる」は、静岡県の伊豆市にある国清寺のおしょうさんが、600年前に考えた郷土料理です。こくしょうじるは、神奈川県鎌倉市にある建長寺で作られた「けんちんじる」がもとになっていて、野菜をごま油でいためて作る、みそ味のしるです。



## 今月の旬のやさい

28日（火） アスパラガス

白いんげんのポターージュには、「アスパラガス」が入っています。アスパラガスは、5～6月に旬をむかえます。

アスパラガスには、緑色の「グリーンアスパラガス」と、白色の「ホワイトアスパラガス」があります。



## 今月のこんだて紹介

31日（金） サボテンきしめんじる

6月1日（土）は、春日井市が誕生した市制記念日です。その記念日をお祝いして、春日井市の特産品であるサボテンをきしめんねりこんだ緑色をしたきしめんを使って、すましじるを作りました。



## 今月のこんだて紹介

13日（月） 玄米ごはん

給食の玄米ごはんは、「金芽ロウカット玄米」といい、玄米の表面の「ロウ」層を除いたお米を使っています。

## 応募こんだて

15日（水） じゃがひじき

### <応募者のコメント>

子どもの大好きな肉じゃがを元アレンジしたので、味も少し甘めで食べやすくなっています。



## シェフの味を給食に

10日（金）

塩麹鶏のフリット  
西洋風ソース



## 新たまねぎ



愛知県産のたまねぎは、4月～7月ごろに出荷されます。一年中出回っているたまねぎは、収穫して一か月ほど乾燥させることで、長い時間保存できるようにしています。一方新たまねぎは、収穫してすぐに出荷します。そのため、皮がとても薄くてみずみずしく、辛みが強くないのが特徴です。

今月は新たまねぎをたっぷり入れた「新たまねぎのスープ」が登場します。

## 5月の給食費

口座への入金振替予定日の前日までをお願いします。  
※給食提供日の4日前（土日等、給食を実施しない日を除く。）  
までに学校に休みの連絡がない場合は、給食費を請求させていただきます。

【小学校の予定金額】245円×19日＝4,655円

【口座振替予定日】2019年 7月 1日（月）