

令和4年度 5月 学校給食献立表



愛知県立古知野高等学校

日 曜	献立名	主な材料とその働き					
		赤 体をつくる		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる	
		1群 魚・肉・卵・大豆・大豆製品	2群 牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物・きのこ	5群 米・パン・めん・いも・砂糖	6群 油脂・種実
2月	牛乳		牛乳				
	たけのこご飯	鶏肉 油揚げ		人参	たけのこ 干しいたけ	ご飯 砂糖	
	★厚焼き玉子	厚焼き玉子					
	野菜炒め	豚肉		青梗菜 人参	キャベツ もやし 玉葱 きくらげ にんにく		ごま油
6金	味噌汁	味噌		葉ねぎ	えのき	焼き麩	
	牛乳		牛乳				
	牛丼	牛肉		人参 葉ねぎ	玉葱 しらたき 紅生姜	ご飯 砂糖	
	ミモザサラダ	卵		小松菜 人参	キャベツ		油 フレンチドレッシング
9月	味噌汁	油揚げ 豆腐 味噌	わかめ				
	牛乳		牛乳				
	★ピビンバ	牛肉 豚肉 錦糸卵 味噌	海苔	小松菜 人参	にんにく 生姜 大根 大豆もやし	ご飯 砂糖	ごま油 ごま
	筍とわかめのスープ	わかめ			たけのこ		
10火	牛乳 ご飯		牛乳			ご飯	
	豚肉のマヨ炒め	豚肉		小松菜 人参	ごぼう 根深ねぎ	砂糖	マヨネーズ ごま油
	★いかフライ	いかフライ					油
	★ちくわの磯部揚げ	ちくわの磯部揚げ					油
11水	味噌汁	味噌	わかめ		玉葱	じゃがいも	
	牛乳 麦ご飯		牛乳			麦ご飯	
	豚肉の生姜焼き	豚肉		人参 ビーマン	玉葱 生姜 にんにく		油
	切り干し大根の煮物	まぐろ油漬		人参 いんげん	切り干し大根		
12木	味噌汁	油揚げ 味噌		小松菜	ごぼう しめじ		
	牛乳 ご飯		牛乳			ご飯	
	鶏肉と新じゃがの炒め煮	鶏肉		人参	玉葱 枝豆 生姜	じゃがいも はちみつ	ごま油
	★小松菜のなめ茸和え	生揚げ 味噌		小松菜 人参	なめ茸		
13金	味噌汁	味噌	葉ねぎ		切り干し大根		
	牛乳 ご飯		牛乳			ご飯	
	豚肉の香味噌焼き	豚肉 味噌			生姜 にんにく	砂糖	ごま油
	野菜炒め	いか さつま揚げ		青梗菜 人参 パプリカ赤	玉葱 もやし にんにく パプリカ黄		ごま油
16月	春雨スープ	うずら卵		人参	たけのこ きくらげ	春雨	
	牛乳 麦ご飯		牛乳			麦ご飯	
	★さばの銀紙焼き	さばの銀紙焼き					
	フロッキーの胡麻和え	油揚げ 味噌		ブロッコリー 人参	コーン		ごま
17火	味噌汁	味噌		かぼちゃ	玉葱		
	牛乳		牛乳				
	豚丼	豚肉		グリーンピース	もやし 玉葱	ご飯 はちみつ 砂糖	油
	がんもどきの煮物	がんもどき		人参	こんにゃく れんこん たけのこ	砂糖	
18水	味噌汁	生揚げ 味噌	わかめ		キャベツ		
	牛乳		牛乳				
	ドライカレー	牛肉 豚肉 大豆		人参 ビーマン	玉葱 マッシュルーム ビクルス にんにく 生姜	ご飯 パン粉	油
	じゃがいものサラダ		しらす干し	ブロッコリー	にんにく レモン	じゃがいも	オリーブ油
19木	牛乳 ご飯		牛乳			ご飯	
	★豚キムチ	豚肉		人参 にら	白菜キムチ 白菜 大豆もやし 生姜		ごま油
	青梗菜のナムル	ささみ油漬		海苔	えのき		ごま油 ごま
	豆腐スープ	豆腐		葉ねぎ	えのき		ごま油
20金	牛乳		牛乳				
	ハヤシライス	牛肉		人参	玉葱 マッシュルーム コーン	ご飯	ハヤシルー デミグラスソース 油
	マカロニサラダ	ベーコン		人参	キャベツ きゅうり	マカロニ	ごまドレッシング
	牛乳		牛乳				
23月	★ツナご飯	まぐろ油漬		塩昆布		ご飯	
	★メンチカツ	メンチカツ					油
	シーフードサラダ	いか えび		人参	ごぼう きゅうり		イタリアンドレッシング
	味噌汁	生揚げ 味噌		小松菜 人参	玉葱 えのき		
24火	★りんごゼリー					りんごゼリー	
	牛乳 ご飯		牛乳			ご飯	
	サーモンフライ	サーモンフライ					タルタルソース 油
	コールスローサラダ	ハム		ほうれん草 人参	キャベツ コーン		コールスロードレッシング
25水	かぼちゃのスープ	ベーコン 大豆		かぼちゃ	玉葱		ホワイトルー
	牛乳		牛乳				
	五目ご飯	鶏肉 ちくわ 油揚げ		人参	ごぼう こんにゃく 干しいたけ	ご飯 砂糖	油
	豚バラ大根	豚肉		人参	大根 玉葱 根深ねぎ 生姜	砂糖	油
26木	味噌汁	味噌	わかめ		しめじ	じゃがいも	
	牛乳 麦ご飯		牛乳			麦ご飯	
	鶏じゃがごろ煮	鶏肉		人参	枝豆		油
	★キャベツの塩昆布和え	ハム		塩昆布	キャベツ コーン レモン	澱粉 じゃがいも 砂糖	
27金	★味噌汁	豆腐 れんこんとアカモク入りつみれ		法蓮草	えのき		
	牛乳 ご飯		牛乳			ご飯	
	豚肉のくわ焼き	豚肉			玉葱 ごぼう 根深ねぎ	砂糖	ごま 油
	れんこんのきんぴら	鶏肉		人参 いんげん	れんこん しらたき	砂糖	ごま 油 ごま油
30月	味噌汁	生揚げ 味噌		小松菜	しめじ 切り干し大根		
	牛乳 ご飯		牛乳			ご飯	
	酢豚	豚肉		人参 ビーマン	生姜 玉葱 たけのこ 干しいたけ	澱粉 砂糖	油
	★しゅうまい	しゅうまい					
31火	中華スープ	なると 生揚げ		にら	白菜		
	牛乳 ご飯		牛乳			ご飯	
	照り焼きチキン	鶏肉		小松菜 人参	玉葱 しめじ	砂糖	油
	ポテトステーキ	ウインナー		小松菜 人参	玉葱 しめじ	じゃがいも	バター
ためき汁	味噌		人参 葉ねぎ	こんにゃく 干しいたけ ごぼう 大根 生姜		ごま油	

・都合により献立を変更することがあります。  
 ・献立名に★が付いている献立には加工品を使用しています。  
 ・各料理の調味料やだし等については記載されていません。