



令和 7 年度 5 月

学校給食献立表

岩倉市学校給食センター
「ゆめミール」

※この献立表は、すべての食材を記載しているものではありません。食物アレルギーに関する食材は、詳細な献立別アレルギー表示一覧表および使用物資一覧でご確認ください。

日 付	曜 日	献立名	おもにからだをつくるものになるもの(あか)		おもにからだのちようしをととのえるものになるもの(みどり)		おもにエネルギーのもとになるもの(きいろ)	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群
			肉・魚・卵・大豆・大豆製品	乳・乳製品 小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・きのこ・果物 など	穀類・いも類・砂糖 など	油脂・種実
1	木	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		ちくわのいそべあげ(小2こ 中3こ)	ちくわ	あおのり			こむぎこ	あぶら
		なめたけあえ			こまつな	もやし なめたけ	さとう	
		しんじゃがいものみそしる	あぶらあげ とうふ みそ		にんじん	だいこん ねぎ	じゃがいも	
2	金	◆端午の節句献立◆						
		ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		ハンバーグのだいこんおろしソース	とりにく ぶたにく			たまねぎ だいこん	さとう でんぶん	
		かおりあえ			しそ	キャベツ きゅうり		
		ゆばとたけのこのすましじる	かまぼこ ゆば		にんじん みつば	たまねぎ しんたけのこ		
7	水	★かしわもち		あずき			こめこ さとう でんぶん	
		(むぎごはん) ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ むぎ	
		シュガーピーンズ	だいず				さとう	あぶら
		みずなのサラダ			みずな	キャベツ レモン	さとう	オリーブオイル
8	木	カレーライス	ぶたにく		にんじん	たまねぎ にんにく しょうが グリーンピース りんご	じゃがいも	あぶら こむぎこ
		(しらたまうどん) ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			しらたまうどん	
		じゃがいものかきあげ	だいず			たまねぎ	じゃがいも こむぎこ でんぶん	あぶら
		こまつなあえ	ツナ		こまつな	もやし	さとう	ごま
9	金	さんさいうどん	とりにく かまぼこ あぶらあげ		にんじん	わらび みず だいこん ほししいたけ ねぎ		
		ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		さけのうめだれかけ	さけ			しょうが うめ	さとう でんぶん	
		おかかあえ	かつお			キャベツ もやし きゅうり		
12	月	にくじゃが	ぶたにく		にんじん	たまねぎ えだまめ つきこんにやく	じゃがいも さとう	あぶら
		クロスロール ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			クロスロール	
		ハニーチキン	とりにく			しょうが にんにく	はちみつ	
		まめまめサラダ	だいず			えだまめ キャベツ		やさいドレッシング
13	火	ミートソースのペンネ	ぶたにく だいず		にんじん トマト	にんにく たまねぎ マッシュルーム	ペンネ さとう でんぶん	あぶら
		ココアぎゅうにゅうのもと					さとう	
		わかめごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう わかめ			ごはん	
		とうふのしょうがだれかけ	とうふ たら	ひじき	にんじん ほうれんそう	キャベツ たまねぎ しょうが	さとう でんぶん	
14	水	いそかあえ		のり	こまつな	もやし	さとう	
		えびしんじょうじる	たら えび あぶらあげ		みつば にんじん	だいこん	でんぶん さとう	
		(ごはん) ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		さばのみそだれかけ	さば みそ				さとう でんぶん	
15	木	きりぼしだいこんのごまずあえ	ハム			きりぼしだいこん きゅうり とうもろこし	さとう	ごま
		ぶたどん	ぶたにく あつあげ		にんじん	たまねぎ いとこんにやく ねぎ しょうが	さとう	あぶら
		ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		ぎょうざのあまずあんかけ(小2こ 中3こ)	ぶたにく		にら	キャベツ たまねぎ	パンこ でんぶん こむぎこ さとう	
16	金	やさいとビーフンのいためもの			にんじん にら	もやし	ビーフン	ごまあぶら あぶら
		ちゅうかスーブ	ぶたにく いか		にんじん チンゲンサイ	たまねぎ たけのこ きくらげ	でんぶん	
		ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		とりにくのしおからあげ	とりにく				でんぶん	あぶら
19	月	ひじきのしそふうみあえ		ひじき	しそ	キャベツ きゅうり	さとう	
		よしのじる	とうふ		にんじん	だいこん ねぎ しめじ	でんぶん	
		◆お魚チャレンジデー あじ◆						
		(ごはん) ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
20	火	セルフたけのこごはんのぐ	ツナ		みつば	たけのこ しょうが	さとう	
		あおじそふうみのあじフライ	あじ		あおじそ		パンこ でんぶん	あぶら
		さわにわん	とりにく		にんじん こまつな	だいこん ごぼう えのきたけ いとこんにやく		
		あいちのだいこんばごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう	だいこんば		こめ	
21	水	あつやきたまご	たまご				さとう でんぶん	
		ひじきのいたに	とりにく あぶらあげ	ひじき	にんじん	えだまめ	さとう	あぶら
		しんたまねぎのごじる	とうにゅう みそ		にんじん	だいこん たまねぎ ねぎ	じゃがいも	
		ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
22	木	いかフライのレモンに	いか			レモン	パンこ こむぎこ でんぶん さとう	あぶら
		ツナいりじゃこキャベツ	ツナ	しらすぼし		キャベツ だいこん	ごま ごまあぶら	
		しんたけのことごぼうのもの	とりにく こうやどうふ はんぺん		にんじん	ごぼう しんたけのこ えだまめ こんにやく	さとう	
		(ちゅうかめん) ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ちゅうかめん	
23	金	しゅうまい(小2こ 中3こ)	ぶたにく			たまねぎ	パンこ でんぶん さとう	
		かんてんサラダ			チンゲンサイ	かんてん とうもろこし	さとう	ごまあぶら
		やさいしおラーメン	ぶたにく なんと		にんじん	キャベツ もやし たまねぎ ねぎ		
		ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
26	月	かつおのとさずづけ	かつお				さとう でんぶん	あぶら
		ゆかりあえ			しそ	もやし キャベツ		
		しろみそしる	とうふ あぶらあげ みそ		にんじん みずな	だいこん たまねぎ		
		スライスパン ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			スライスパン	
27	火	ジャーマンポテト	ウインナー		パセリ		じゃがいも	あぶら
		キャロットサラダ	ツナ		にんじん	たまねぎ	さとう	あぶら オリーブオイル
		ミネストローネ			トマト	キャベツ だいこん しめじ とうもろこし	さとう	
		いちごジャム				いちご	さとう	
28	水	(ごはん) ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		チジミ	たら するめいか		にんじん にら	キャベツ たまねぎ	こむぎ さとう	ごまあぶら
		セルフスタミナどんのぐ	ぶたにく みそ		にら	しょうが にんにく もやし	さとう	ごまあぶら
		キムチスーブ	とうふ		にんじん	キムチ たまねぎ ねぎ		
29	木	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		いわしのしょうがに	いわし			しょうが	でんぶん	
		しんごぼうのごまあえ			にんじん	しんごぼう きゅうり	さとう	ごま
		あおさじる	あつあげ みそ	あおさ	にんじん	だいこん えのきたけ ねぎ		
30	金	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		コロツケ			にんじん	れんこん	パンこ じゃがいも こむぎこ	あぶら
		やさいのかおりづけ			こまつな	もやし	こめこ でんぶん さとう	ごまあぶら
		かきたまじる	たまご		にんじん みつば	たまねぎ だいこん ほししいたけ	でんぶん	
		(むぎごはん) ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ むぎ	
		ひとくちさわらのレモンソース	さわら			レモン	さとう でんぶん	
		アスパラサラダ	ハム		アスパラガス	キャベツ		イタリアンドレッシング
		カルシウムい〜わハヤシ	ぶたにく		にんじん こまつな トマト	たまねぎ カリフラワー	じゃがいも こむぎこ	あぶら

◆太字は、岩倉市産の野菜です。 ★業者直送で、容器は回収します。

みんなのアイデアメニュー

◆魚には骨があります。よく噛んで注意して食べましょう。



※献立の内容は、変わることがあります。

今月の学校給食目標

食事のマナーを守ろう