

平成28年

5月

19回

学校給食献立表

長久手市立長久手給食センター

曜日	献立名	その他	血や肉や骨になる食品	体の調子を整える食品	はたらく力や体温になる食品
2月	そばろごはん おこんぶあえる	◎かしわもち	牛乳 とりひきにく・しおぶきこんぶ だいず・しろみそ・とうふ あぶらあげ・とりにく・あかみそ	たまねぎ・ほししいたけ グリーンピース・にんじん・キャベツ きゅうり・ねぎ・だいこん・こんにやく	ごはん さとう・こめあぶら・ごま かしわもち
6金	じゃがいも おじそ		牛乳 ぶたにく・とうふ・ゆば ぶたひきにく	ねぎ・えのきたけ・みつば・にんじん いんげん・キャベツ・きゅうり あおじそ	ごはん じゃがいも・こめあぶら さとう
9月	さばのぎんがみ さしめ		牛乳 さばのぎんがみやき・ロースハム ぶたにく・あぶらあげ	ごぼう・にんじん・だいこん きゅうり・とうもろこし・ねぎ	ごはん さとう・こめあぶら ぎしめん
10火	たけのこ ハンバーグ	◎りんごゼリー	牛乳 とうふハンバーグ・とりにく かまぼこ・あぶらあげ	にんじん・みつば・えのきたけ たけのこ・りんごゼリー	かファ アル まい さとう・でんぶ アルファール・かもちかまい
11水	とりにくのマー あわなせみ		牛乳 とりにく・オイルツナ とうふ・わかめ・あぶらあげ あかみそ・しろみそ	キャベツ・きゅうり にんじん・ねぎ・はくさい・だいこん	ごはん マーメレード・さとう ごまあぶら
12木	えみ ネスト		牛乳 ベーコン・えびかつ	セロリー・たまねぎ・にんじん トマト・パセリ・キャベツ・きゅうり	パイサ ンツ 乳ズ チド マカロニ じゃがいも・こめあぶら さとう
13金	はも おやし		牛乳 ぶたにく・えび・いか チキンハム	しょうが・にんじん・グリーンピース キャベツ・たまねぎ・ほししいたけ きゅうり・もやし・オレンジ	ごはん ごまあぶら・でんぶ さとう・ごま
16月	ごも いっわ		牛乳 ぶたにく・なまあげ いわしうめ	ごぼう・こんにやく・いんげん だいこん・にんじん・ねぎ・はくさい こんにやく	ごはん さとう・ごまあぶら こめあぶら・ごま じゃがいも・でんぶ
17火	やきぎょうざ はるさめスー		牛乳 ぎょうざ・やきぶた・とりにく	きりぼしだいこん・にら・にんじん ねぎ・たけのこ・もやし・ほししいたけ	ごはん ごま・ごまあぶら・さとう はるさめ
18水	ぶたにくのしょう おみか		牛乳 ぶたにく・かつおおし とうふ・あぶらあげ・わかめ あかみそ	しょうが・たまねぎ・キャベツ にんじん・きゅうり・だいこん・ねぎ	ごはん さとう・でんぶ
19木	ごい だい		牛乳 あぶらあげ・とりにく・かまぼこ いかてんぷら・オイルツナ	ねぎ・にんじん・ほししいたけ はくさい・レモンかじゅう・だいこん きゅうり	うしら た ま ごめあぶら・さとう
20金	カレーライス アーモンドサ ラ	クラスようアーモンド	牛乳 ぶたにく・こなチーズ ベーコン	にんじん・たまねぎ・トマト・バナナ りんご・キャベツ・いんげん・きゅうり ミニトマト	ごはん じゃがいも・こめあぶら こむぎ・バター・アーモンド オリーブあぶら・さとう
23月	ひじきのいた まつまじ		牛乳 ぶたにく・ひじき・なまあげ とりにく・あかみそ・あつやきたまご	にんじん・こんにやく・とうもろこし だいこん・ごぼう・ねぎ	ごはん さとう・さつまいも
24火	だいのちり コンカン		牛乳 とりにく・ベーコン・だいず こなチーズ キャベツいりメンチカツ	にんじん・パセリ・たまねぎ アスパラガス・キャベツ・とうもろこし	パ ロ ク ン 乳 ロ ス バター・さとう・こめあぶら
25水	にくだんご なちゅう		牛乳 にくだんご・とうふ ぶたにく・わかめ	にんじん・たけのこ・たまねぎ・ピーマン だいこん・ほししいたけ・ねぎ・きピーマン あかピーマン・チンゲンサイ・もやし	ごはん こめあぶら・さとう・でんぶ ごまあぶら・ごま
26木	コーン ピラフ	◎ぶどうゼリー	牛乳 とりにく・ベーコン あじフリッター	にんじん・とうもろこし・グリーンピース マッシュルーム・セロリー・たまねぎ パセリ・はくさい・ぶどうゼリー	かファ アル まい じゃがいも・バター
27金	さば ぶち		牛乳 さば・ぶたにく・とうふ あぶらあげ・あかみそ・わかめ	にんじん・だいこん・ねぎ・ごぼう キャベツ・もやし	ごはん さとう・でんぶ
30月	よあ おさん		牛乳 とりにく・なまあげ はんぺん・かきごりこんぶ オイルツナ・さんまのおかか	こんにやく・たけのこ・にんじん ほししいたけ・いんげん・チンゲンサイ もやし	ごはん さとう・でんぶ・ごま
31火	マ ちゅ		牛乳 とうふ・ぶたひきにく あかみそ・ロースハム	ねぎ・しょうが・にら・キャベツ きゅうり・れいとうみかん	ごはん さとう・でんぶ・ごまあぶら ごま・こめあぶら

◎は業者が直接学校へ配送します。都合により食材を変更させていただく場合があります。

☆給食センターでは長久手市のホームページにおいて、家庭配布用献立表と共に詳細な献立の材料表と給食メニューの作り方をのせています。ご家庭で活用してください。

〈献立について〉

- 2日 「そばろごはん」です。ご飯にかけて食べてください。
- 9日 かみまるくんの日です。「ごぼうサラダ」をよくかんで食べてください。よくかむことであごを強くし、虫歯を予防します。
- 10日 たけのこごはんは、とれたてのたけのこを使います。薄味で煮たふきも入っています。旬の味を楽しんでください。
- 12日 「えびかつ」をサンドイッチパンズパンにはさんで食べてください。
- 20日 「アーモンドサラダ」です。アーモンドがクラスでべつぞえになっているので、アーモンドが食べられない人がいるクラスは、先に配膳してから、クラスの食缶の中でアーモンドをまぜてください。歯ごたえがあっておいしいですよ。

食
19

毎月19日は「食育の日」

毎月19日は「食育の日」～おうちでごはんの日～です。
今月のごはんにあうメニューは、20日
に出す皆さんの大好きな「カレーライ
ス」です。手作りのルーで、おいしく
作ります。カレーをかけて、しっかり
ごはんを食べましょう！



今月の愛知の野菜

キャベツ、きゅうり、だいこん、たまねぎ
チンゲンサイ、ねぎ、はくさい、パセリ
ぶき、みつば、ミニトマト



5月5日 端午の節句



端午の節句に食べるお菓子というところから、「かしわもち」が定番です。
かしわの葉は新芽が出るまで古い葉が落ちないことから「家系
が途切れない」という縁起を担いで使われるようになりました。
かしわもちのほかには、関西地方などで「ちまき」、新潟県で「三
角ちまき」や「笹だんご」、北海道や青森県の一部で「べこもち」、
長野県や岐阜県の山間部で「林葉巻き」、鹿児島県や宮崎県、熊
本県の南部で「あくまき」を食べる風習があります。

ちまき

三角
ちまき

麻葉巻き

あくまき

べこもち



古紙を含んだ再生紙を使用しています。白色度70%前後。

平成28年

5月

保育園給食献立表

長久手市立長久手給食センター

曜日	献立名	牛乳・ジャム その他	材 料 名 など	主 食	おやつ
2月	若大魚の豆すり身コロッケ	よいこ牛乳	たけのこ・わかめ・かまぼこ／ 大豆・ベーコン・キャベツ・きゅうり・枝豆	ごはん	ちまき
6金	わかめ・さめ・すーの炒め	よいこ牛乳	鶏むね肉・わかめ・ねぎ・豆腐・にんじん・えのきたけ／ はるさめ・豚ひき肉・たまねぎ・にんじん・チンゲン菜・ 干しえび・干ししいたけ・ごま油	ごはん	オレンジゼリー
7土	一口チーゾ ミニゼリー（りんご）	土曜日牛乳		おにぎり	
9月	けんちん汁 じゃがいもの旨煮	よいこ牛乳	大根・にんじん・豆腐・干ししいたけ・ねぎ／ チンゲン菜・にんじん・たまご／ じゃがいも・豚ひき肉・たまねぎ・グリーンピース	ごはん	かみかみおやつ 3歳以上児:お豆腐屋さんかりんとう 3歳未満児:かぼちゃポーロ
10火	たけのこごはん かれの甘酢あんかけ	よいこ牛乳	米・にんじん・鶏もも肉・油揚げ・たけのこ／ 鶏肉団子・たまねぎ・はくさい・ねぎ・しょうが／ かれのい・にんじん・たまねぎ	たけのこごはん	ブルーベリーヨーグルト
11水	あさりのみそ汁 お鶏肉の照り焼	よいこ牛乳	あさり・ねぎ・大根・じゃがいも／ キャベツ・にんじん・ほうれん草・油揚げ・かつおぶし／ 鶏もも肉	わかめごはん	カリボテミニ
12木	ポークピラシ ジュレ和え	よいこ牛乳	豚もも肉・大豆・たまねぎ・じゃがいも・にんじん・ピーマン・ 粉チーズ／アスパラガス・にんじん・とうもろこし・ハム／ アセロラジュレ・みかん・黄桃・パイナップル	ロールパン	ミニ野菜スティック菓子
13金	中華風コーンスープ ささみといんげん・ごまハネ	よいこ牛乳 ふりかけ	とうもろこし・鶏もも肉・にんじん・たまねぎ・干ししいたけ・ チンゲン菜／いんげん・鶏ささみ・ごま・ごま油	ごはん	ブルーベリーゼリー
14土	型抜きチーゾ オレシ	土曜日牛乳		おにぎり	
16月	高野豆腐のたまごじ ごまび酢和え	よいこ牛乳 てづくりふりかけ（じゃこ）	しらす干し・青のり粉／高野豆腐・鶏もも肉・たまご・ にんじん・干ししいたけ・ちくわ・いんげん／ 鶏ささみ・もやし・キャベツ・きゅうり・しょうが・ごま	ごはん	水族館クッキー
17火	吉塩肉昆布和 みそひじき	よいこ牛乳	大根・鶏むね肉・にんじん・生揚げ・ねぎ／ キャベツ・きゅうり・塩ふき昆布／ ひじき・豚ひき肉・たまねぎ・にんじん・しょうが	ごはん（各園炊飯）	えんどう豆スナック
18水	マカロニチャウダー コッパ・フリッター	よいこ牛乳 いちごジャム	たまねぎ・にんじん・じゃがいも・ほうれん草・マカロニ・ 豚もも肉・スキムミルク・バター・粉チーズ／ とうもろこし・キャベツ・きゅうり・にんじん	スライスパン	カルテツゴフレット
19木	カレシードン れんこん・サマ	よいこ牛乳	たまねぎ・にんじん・鶏むね肉・かまぼこ・ねぎ・ スキムミルク・バナナ・りんご・バター・粉チーズ／ れんこん・きゅうり・ハム	白玉うどん	カルテツおさかなサブレ 発酵乳
20金	中華豆腐のサ 干大根の焼	よいこ牛乳	豚もも肉・はくさい・にんじん・豆腐・干ししいたけ・もやし・ あさり・ほうれん草／切干大根・にんじん・きゅうり・ごま・ ごま油／さけ・ねぎ	ごはん	ヨーグルト
21土	ソーセイジ バナナ	白桃豆乳		エッグパン	
23月	白みそ煮 アスパラの浸し	よいこ牛乳	油揚げ・じゃがいも・大根・にんじん・わかめ・ねぎ／ アスパラガス・ベーコン・えのきたけ・しいたけ・にんじん	ごはん	いちごクレープ
24火	遠足				
25水	石菜の狩り 青いわしの甘だ煮	よいこ牛乳	はくさい・大根・豆腐・にんじん・さけ・しいたけ・ねぎ／ ほうれん草・チンゲン菜・もやし・ごま・ごま油	ごはん	オレンジ
26木	遠足予備日				
27金	八中宝サ レハーフ・つくね団子	よいこ牛乳	豚もも肉・キャベツ・にんじん・うずら卵・たまねぎ・ 干ししいたけ・ピーマン／まぐろ油揚げ・キャベツ・にんじん・ きゅうり・ごま油	麦ごはん	野菜ウエハース 発酵乳
28土	一口チーゾ ミニトマト	土曜日牛乳		おにぎり	
30月	ワンタンスープ きゅうりのごまじょうゆ和え	よいこ牛乳	豚もも肉・はくさい・にんじん・干ししいたけ・ワンタン・ねぎ／ きゅうり・ごま・ごま油／えびフリッター・たまねぎ・ グリーンピース・しょうが	ごはん	ホットケーキ
31火	お豆のドライカレー アメリカンサラダ	よいこ牛乳	豚ひき肉・にんじん・たまねぎ・大豆／ ベーコン・きゅうり・キャベツ・チーズ・ポテトチップス	ごはん（各園炊飯）	ミルクプリン

こどもの日

端午の節供は男の子の節供です。
この日は、男の子の健やかな成長を願ってこいのぼりをたて、
ちまきや柏もちなどを食べて祝います。
また、強い香りで厄をはらう「しょうぶ」や「よもぎ」を軒先に
つるし、しょうぶ湯に入ること無病息災を願います。
給食では、5月2日に若竹汁、魚のすり身コロッケを出します。
若竹汁の「わか」は「わかめ」、「たけ」は「たけのこ」を意味し、
海と山の旬のものを組み合わせた、季節の料理です。
おやつに「ちまき」を出します。よく噛んで食べましょう。

元気に遊ぼう

春から夏にかけては、気候が安定してくるの
で、子どもたちの動きも活発になってきます。
思い切り体を動かして遊ぶとお腹も空き、
給食もおいしく食べられますね。
その後ぐっすりとお昼寝もできますね。



都合により食材の変更をさせていただく場合があります。

アレルギー用献立表はホームページに掲載されています。
参考にして下さい。

材料名は献立別に記入してあります。

血や肉や骨になる食品 …… 肉・魚・大豆・豆腐・牛乳など
働く力や体温となる食品 …… パン・ごはん・うどん・いも・油など
体の調子をととのえる食品 …… 野菜・果物など

食事は楽しく バランスよく

古紙を含んだ再生紙を使用しています。白色度70%前後。