

令和7年度 5月 食品群別献立表

愛知県立岡崎高等学校

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	3群 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	
1	木	牛乳		牛乳					
		ハッシュドチキン	チキン		ごまつな	玉ねぎ エリンギ	ご飯 じゃがいも	油 ハヤシルウ	
		豆乳コンスープ	豆乳		にんじん	コーン えだ豆	コーンクリームスープ		
2	金	牛乳		牛乳			ご飯		
		ご飯					じゃがいも	油	
		チキンとポテトの和風ソテー	チキン ミックスビーンズ		にんじん	玉ねぎ キャベツ			
7	水	みそ汁	油あげ みそ	わかめ		大根			
		牛乳		牛乳					
		ミートスパゲッティ	チキン		にんじん ビーマン トマト	玉ねぎ エリンギ	スパゲッティ さとう でんぷん	油	
8	木	牛乳		牛乳			ご飯		
		スパイシーチキン	チキン						
		ツナと切干のソテー	ツナ		ごまつな	玉ねぎ 切干大根		油	
9	金	コンソメスープ			にんじん	コーン	じゃがいも		
		牛乳		牛乳			ご飯		
		★宗田かつおのおかか煮	宗田かつおのおかか煮						
12	月	チキンと玉子のソテー	チキン 卵			玉ねぎ キャベツ	さとう	油	
		みそ汁	厚揚げ みそ	わかめ		えのきたけ			
		牛乳		牛乳			ご飯		
13	火	チキンのホイコーロー風	チキン みそ		にんじん	キャベツ 玉ねぎ		油	
		中華スープ	厚揚げ			しめじ たけのこ			
		牛乳		牛乳			ご飯		
14	水	★さばのゆずみそ煮	さばのゆずみそ煮						
		じゃがソテー	チキン		にんじん ビーマン	玉ねぎ	じゃがいも さとう	油	
		なめこ汁	とうふ みそ		ごまつな	なめこ			
15	木	牛乳		牛乳			ご飯		
		五目中華丼	チキン		にんじん ブロッコリー	キャベツ 玉ねぎ	ご飯 でんぷん	油	
		ハムのスープ	ポーク		ごまつな	えのきたけ			
16	金	牛乳		牛乳			ご飯		
		ご飯					さとう でんぷん	油 おろしみぞれあん	
		チキンとキャベツのみぞれ炒め	チキン		にんじん	玉ねぎ キャベツ えだ豆 コーン			
19	月	みそ汁	油あげ みそ			こんにゃく ごぼう			
		牛乳		牛乳			ご飯		
		チキンの鍋でり焼き	チキン		にんじん ごまつな	玉ねぎ キャベツ	さとう でんぷん	油	
20	火	★おから米粉コロッケ	おから米粉コロッケ					油	
		みそ汁	厚揚げ みそ	わかめ		大根			
		牛乳		牛乳					
21	水	ピリ辛チャーハン	チキン		にんじん にら	玉ねぎ コーン	ご飯		
		★しそ米粉ようざ	しそ米粉ようざ(ポーク)						
		チンゲンサイのスープ	とうふ		チンゲンサイ	キャベツ			
22	木	牛乳		牛乳			ご飯		
		ご飯					さとう でんぷん	油 ハヤシルウ	
		チキンのデミソース煮	チキン		にんじん ごまつな	玉ねぎ キャベツ			
26	月	大豆カレー	大豆ミート ミックスビーンズ 大豆		トマト			油	
		牛乳		牛乳					
		五目うどん	チキン 油あげ		にんじん ごまつな	大根 こんにゃく	ソフトめん	油	
27	火	チキンのガリマヨ炒め	チキン		ビーマン	玉ねぎ キャベツ コーン にんにく	さとう	油 マヨネーズ	
		牛乳		牛乳					
		ポトフ	チキン		ほうれん草	玉ねぎ	ご飯 じゃがいも	油 おれールウ	
28	水	ツナのスープ	ツナ		にんじん	キャベツ			
		★プリン					プリン		
		牛乳		牛乳			ご飯		
29	木	チキンのからあげ	チキン				小麦粉 でんぷん	油	
		ささみのさっぱり炒め	チキン		ごまつな にんじん	キャベツ 玉ねぎ			
		みそ汁	油あげ みそ			大根	さといも		
30	金	牛乳 スライスパン		牛乳			スライスパン		
		★大豆チョコクリーム					大豆チョコクリーム		
		チキンと豆のトマト煮	チキン ミックスビーンズ		トマト	玉ねぎ しめじ コーン	でんぷん	油	
29	木	イタリアンサラダ	チキン		にんじん	キャベツ		イタリアンドレッシング	
		牛乳		牛乳					
		肉みそデジバ	チキン みそ		にんじん ごまつな	玉ねぎ もやし	ご飯 さとう	油	
30	金	キャベツスープ	厚揚げ	わかめ		キャベツ			
		牛乳		牛乳			ご飯		
		★ぶりの三河みりん焼き	ぶりの三河みりん焼き						
玉ねぎのジンジャーソテー	ポーク		にんじん	キャベツ 玉ねぎ しょうが		油			
みそ汁	油あげ みそ			こんにゃく	じゃがいも				

1 都合により献立を変更する場合があります。
 2 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。
 3 献立名にある★は加工品を表しています。