

令和8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	2群	3群	4群	5群	6群
			魚・肉・卵・大豆・大豆製品	牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・めん・いも・砂糖	油脂・種実
1	金	牛乳 ご飯		牛乳			米	
		★けんちんとうずらのうま煮	チキンボール けんちんのだらうずらたまご		にんじん	大根	さとう	油
		塩こんぶ和え	チキン	塩こんぶ		キャベツ		
		みそ汁	油あげ みそ			ごぼう えのきたけ		
7	木	牛乳		牛乳				
		★混ぜ込みちらし				混ぜ込みちらしの具	米	
		チキンとがんものみそ煮	チキン がんもどき みそ		にんじん	大根 こんにやく しめじ	さとう	油
		すまし汁	とうふ	わかめ	こまつな			
8	金	牛乳 ご飯		牛乳			米	
		あじのカレー焼き	あじ					
		ベーコンの根菜炒め	ポーク		にんじん ほうれん草	玉ねぎ れんこん		油
		春野菜スープ				キャベツ コーン	じゃがいも	
11	月	牛乳 ご飯		牛乳			米	
		鶏キムチ	チキン		にんじん	白菜キムチ 切干大根 玉ねぎ		油
		チンゲン菜のツナ和え	ツナ(さかな)		チンゲンサイ	キャベツ		ゆずドレッシング
		中華スープ	厚あげ	わかめ		えのきたけ		
12	火	牛乳 ご飯		牛乳			米	
		★かつおのおかか煮	かつおのおかか煮					
		ハムのゆずこしよう炒め	ポーク		にんじん	玉ねぎ キャベツ ごぼう		油
		みそ汁	とうふ みそ			こんにやく	さといも	
18	月	牛乳 ご飯		牛乳			米	
		チキテキ	チキン					油
		小松菜ときのこのソテー	ポーク		にんじん こまつな	玉ねぎ エリンギ		油
		ミネストローネ			トマト	キャベツ	じゃがいも	
19	火	牛乳		牛乳				
		五目中華丼	チキン 厚あげ		にんじん チンゲンサイ	玉ねぎ もやし	米 さとう でんぶん	油
		かまぼこスープ	かまぼこ(さかな)		こまつな	しめじ		
		★蒲郡みかんゼリー				ナタデココ (みかん)	ゼリー	
20	水	牛乳		牛乳				
		ソフトめん					ソフトめん	
		ミートスパゲッティ(具)	チキン		にんじん ピーマン トマト	玉ねぎ エリンギ	さとう でんぶん	油
		チキンとえだ豆のスープ	チキン			キャベツ えだ豆		
21	木	牛乳 ご飯		牛乳			米	
		★さばの銀紙焼き	さばの銀紙焼き					
		豚肉のみぞれ炒め	ポーク			キャベツ 玉ねぎ 大根	さとう	油 みぞれあん
		けんちん汁	とうふ		にんじん	ごぼう こんにやく		油
22	金	牛乳 ご飯		牛乳			米	
		チキンの回鍋肉風	チキン みそ		にんじん こまつな	キャベツ 玉ねぎ	さとう	油
		★はるまき	はるまき(ポーク)					油
		わかたけスープ		わかめ		たけのこ えのきたけ		
25	月	牛乳 ご飯		牛乳			米	
		★赤しそふりかけ			赤しそふりかけ			
		肉豆腐	チキン 焼きとうふ		にんじん	こんにやく 玉ねぎ	さとう	油
		★みそ汁	チキンボール みそ		ほうれん草	大根		
26	火	牛乳 ご飯		牛乳			米	
		タンドリーチキン	チキン	ヨーグルト	トマト	にんにく		油
		ハムの洋風炒め	ポーク		にんじん ピーマン	キャベツ 玉ねぎ		油
		ポテトのスープ			水菜		じゃがいも さつまいも	
27	水	牛乳 ご飯		牛乳			米	
		からあげ	チキン				でんぶん	油
		ビーンズソテー	チキン 大豆		にんじん	キャベツ えだ豆		油
		玉ねぎのスープ	ポーク		赤パプリカ	玉ねぎ		
28	木	牛乳		牛乳				
		スライスパン ★りんごジャム				(りんご)	スライスパン ジャム	
		チキンときのこのデミソース煮	チキン		にんじん ほうれん草	玉ねぎ しめじ エリンギ		油 デミグラスソース
		コールスローサラダ	チキン			キャベツ コーン		コールスロードレッシング
29	金	牛乳		牛乳				
		チキンてりやき丼	チキン		にんじん こまつな	玉ねぎ	米	油
		カルちゃんサラダ	ツナ(さかな) ミックスビーンズ	ひじき		キャベツ		青じそドレッシング
		みそ汁	とうふ みそ	わかめ		大根		

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