

5月予定 献立表

令和7年5月 大分大学教育学部附属小学校

きれいに洗った「はし」と「スプーン」を忘れずにご準備ください。



日	献立名	体をつくる	体を守る	体を動かす	その他	エネルギー たんぱく質
1 木	黒砂糖パン			★黒砂糖パン		546 kcal
	チキンとお豆のトマト煮	とりにく, だいず	にんにく, たまねぎ, にんじん, トマト, トマトピューレ, トマトケチャップ	サラダ油, じゃがいも, 金時豆 大福豆, さとう	赤ワイン, 塩, こしょう, 水, チキンガラスープ, コンソメ, ウスターソース	24.5 g
	ツナマヨオムレツ	★ツナマヨオムレツ(卵・マヨネーズ)				
2 金	弁当日					
6 火	振替休日 <5月4日(日)みどりの日>					
7 水	白ごはん			米		517 kcal
	ハヤシライス(ルウ)	ぶたにく	にんにく, たまねぎ, にんじん, トマトケチャップ, 枝豆	サラダ油, ハヤシライスルウ	赤ワイン, こしょう, 水, コンソメ, デミグラスソース, ウスターソース	22.0 g
	キャベツとコーンのソテー		とうもろこし, キャベツ	サラダ油	白ワイン, 塩, こしょう, コンソメ	
8 木	コッペパン			★コッペパン		575 kcal
	照焼ハンバーグ	ハンバーグ 照焼味(とりにく...卵なし)				28.2 g
	チキンとアスパラガスのポトフ	とりにく, ウィナー(乳・卵なし)	たまねぎ, にんじん, キャベツ, グリーンアスパラガス	じゃがいも	水, チキンガラスープ, コンソメ, 塩, こしょう, うすくちしょうゆ	
9 金	弁当日					
12 月	白ごはん			米		512 kcal
	インド煮	とりにく, 厚揚げ	たまねぎ, にんじん, たけのこ, トマトケチャップ	サラダ油, じゃがいも, さとう	酒, カレー粉, 水, みりん, コンソメ, こいくちしょうゆ, うすくちしょうゆ, ウスターソース	23.6 g
	ハイカラ漬け		ハイカラ漬け(だいこん, キュウリ, にんじん)			
13 火	減量コッペパン			★コッペパン		593 kcal
	スパゲッティミートソース	ぶたにく, だいず, ★チーズ	にんにく, たまねぎ, にんじん, トマトピューレ, トマトケチャップ, 枝豆	オリーブ油, スパゲティ	赤ワイン, 塩, こしょう, コンソメ, ウスターソース, デミグラスソース	26.0 g
	温野菜サラダ		にんじん, とうもろこし, キャベツ, ブロッコリー		塩, こしょう	
14 水	白ごはん			米		514 kcal
	中国の料理 「マーボー豆腐」	ぶたにく, ハ丁みそ, とうふ	しょうが, にんにく, たまねぎ, にんじん, 干しいたけ, にはら	サラダ油, さとう, かたくり粉, ごま油	酒, トウバンジャン, 塩, こしょう, 水, こいくちしょうゆ, テンメンジャン, オイスターソース	22.4 g
	キュウリのレモン漬け		キュウリのレモン漬け(キュウリ, レモン)			
15 木	ロールパン(卵・バター抜き)			★ロールパン(卵・バター抜き)		614 kcal
	カレービーンズ	ぶたにく, だいず	にんにく, しょうが, たまねぎ, にんじん, とうもろこし, トマト, トマトケチャップ, りんご, 枝豆	サラダ油, カレールウ	赤ワイン, カレー粉, ナツメグ, 塩, 水, コンソメ, ウスターソース	29.2 g
	アスパラとベーコンのソテー	ベーコン(乳・卵なし)	とうもろこし, キャベツ, グリーンアスパラガス	サラダ油	酒, 塩, こしょう, コンソメ	
16 金	弁当日					
19 月	白ごはん			米		627 kcal
	カレーそばろ井	ぶたにく	たまねぎ, にんじん, 干しいたけ, いんげん	サラダ油, さとう, かたくり粉	酒, 塩, うすくちしょうゆ, カレー粉	21.9 g
	フルーツポンチ		黄桃, りんごシロップ漬け	白玉もち, サイダー, みかんゼリー, カクテルゼリー(りんご・もも・豆乳)		
20 火	減量コッペパン			★コッペパン		587 kcal
	和風ペンネ	ぎゅうにく, ぶたにく	にんにく, たまねぎ, にんじん, なす, 枝豆	オリーブ油, さとう, ペンネッテ	赤ワイン, ナツメグ, 塩, こしょう, コンソメ, うすくちしょうゆ	25.1 g
	キャベツとツナのソテー	まぐろ油漬け	キャベツ, にんじん, とうもろこし	サラダ油	白ワイン, 塩, こしょう, コンソメ	
21 水	白ごはん			米		565 kcal
	ポークカレー (ラッキーにんじん入り)	ぶたにく	にんにく, しょうが, たまねぎ, にんじん, りんご, トマトケチャップ, 枝豆	サラダ油, じゃがいも, カレールウ	赤ワイン, ナツメグ, 水, こいくちしょうゆ, ウスターソース	21.9 g
	福神漬け		福神漬け			
22 木	元気ヨーグルト	★ヨーグルト				
	コッペパン			★コッペパン		570 kcal
	肉だんご(ケチャップ味)	とりにくだんご(卵, 乳なし)				22.4 g
23 金	グリーンピースのポタージュ	ベーコン(乳・卵なし), ★牛乳, ★生クリーム	たまねぎ, にんじん, グリーンピースペースト, グリーンピース	サラダ油, ★シチュールウ, ★クリームポタージュルウ, ★バター	白ワイン, 水, チキンガラスープ, 塩, こしょう	
	弁当日					
	減量ゆかりごはん		ゆかり	米		551 kcal
26 月	白身魚(ホキ)天玉揚げ(青さ入り)	ホキ天玉揚げ青さ入(卵なし)		サラダ油		24.7 g
	仲良しうどん	だしかつお節, だしこんぶ, とりにく, 油揚げ, わかめ	干しいたけ, にんじん, ねぎ, ほうれんそう	うどん	水, 酒, みりん, こいくちしょうゆ, うすくちしょうゆ	
	減量コッペパン			★コッペパン		529 kcal
27 火	焼きギョーザ	ぎょうざ				26.6 g
	ちゃんぽん	ぶたにく, さつまあげ(乳・卵なし)	にんにく, しょうが, たまねぎ, 干しいたけ, とうもろこし, にんじん, もやし, キャベツ, にはら	サラダ油, ★パイタン, チャンポンめん	酒, 水, 中華あじ, こしょう, うすくちしょうゆ	
	菜めし		菜めしの素	米		542 kcal
28 水	イワシのおかか煮	イワシおかか煮				25.8 g
	熊本県の郷土料理 「だご汁」	だしこんぶ, だしかつお節, とりにく, 油揚げ	干しいたけ, にんじん, だいこん, ねぎ	さといも, やせうま	水, 酒, こいくちしょうゆ, うすくちしょうゆ, 塩	
	コッペパン			★コッペパン		635 kcal
29 木	チキンとキャベツのクリーム煮	とりにく, ★牛乳, ★生クリーム	たまねぎ, にんじん, キャベツ, 枝豆	サラダ油, じゃがいも, ★ベシヤルソース, ★バター	白ワイン, 水, チキンガラスープ, コンソメ, 塩, こしょう	27.5 g
	白身魚フライ	白身魚フライ(ホキ...卵, 乳なし)		サラダ油		
	1食卵なしタルタルソース			タルタルソース(卵なし)		
30 金	弁当日					

お知らせ

- ・ 7品目(そば、卵、乳、落花生、えび、かに、くるみ)のアレルギー食品には★を表示しています。
- ・ 材料などの都合により献立を変更する場合があります。
- ・ 給食がある日は必ず、飲用牛乳がつきます。

給食ひとくちメモ5月号

令和7年5月2日（金）

担当：栄養教諭 後藤

1. 献立について

この時季に旬を迎える「たけのこ」「アスパラ」「春キャベツ」「グリーンピース」等を取り入れていきます。

2. 世界の料理・日本の郷土料理について

世界の料理は「中国」の料理「麻婆豆腐」を提供します。本校の給食でも定番の人気料理です。

「麻婆豆腐」の歴史は意外にも浅く、約100年前の清王朝末期に誕生しました。四川省の都・成都に住んでいた「チャオチャオ」という女性が生みの親だと言われています。彼女は顔にあばたがありました。17歳で結婚し、夫と仲睦まじく暮らしていたのですが、10年後に夫が急死します。未亡人となったチャオチャオは生計の糧として料理屋を営み始めました。このときに生み出したのが「麻婆豆腐」です。漢字から「麻というお婆さんの考えた料理」と想像しがちですが、「麻」はあばたという意味で、「婆」は身持ちの固いおばあさんという意味があります。チャオチャオ自身は「羊肉料理」と名付けたのですが、彼女が亡くなってからは誰ともなく「あばたのお婆さんの豆腐料理」として「麻婆豆腐」と呼ばれるようになりました。

給食の「麻婆豆腐」は辛さを調整し、子どもたちでも食べやすい味付けにしています。

日本の郷土料理は順番でいくと「大分県」ですが、「熊本県」の「だご汁」を提供します。「だご汁」と言えば、大分県の有名な郷土料理「だんご汁」を想像する人が多いと思いますが、熊本県民にも「だご汁」は昔から伝わる料理として親しまれています。「だご」とは熊本弁で「団子」のこと指します。「だご汁」は、小麦粉を練って作った生地を平たい団子状にして、白菜、大根、人参など季節の野菜や肉類と共に煮立てて味噌や醤油で味を調えます。農作業に忙しい農家の人々が、食事の手間と時間を節約するために作られた料理で、気軽に食べられるうえに腹持ちが良いという利点から生まれました。熊本の「だご汁」は醤油で味を付けることが多いため、給食でも醤油を使っていきます。味わいながら大分県の郷土料理「だんご汁」との違いを感じてほしいと思います。

【日本の郷土料理と世界の料理実施一覧】

提供月	国	世界の料理	都道府県	日本の郷土料理
令和6年 4月	南アフリカ	チャカラカ	宮城県	おくずかけ
5月	ハンガリー	グヤーシュ	岩手県	いもの子汁
6月	ドイツ	「グーラッシュ」 「ザワークラウト」	秋田県	横手やきそば
7月	ガーナ共和国 ケニア	「ジョロフライス」 「カラंगा」	青森県	けの汁
8月・9月	フランス	チキンフリカッセ	北海道	帯広市学校給食 人気メニュー 帯広の肉じゃが
10月	フィンランド	ロヒ・ケイト	沖縄県	タコライス
11月	インドネシア	ナシゴレン	鹿児島県	豚みそ
12月	アメリカ	チリコンカン	宮崎県	チキン南蛮 タルタルソース
令和7年 1月	韓国	ビビンバ トックスープ	熊本県	太平燕
2月	ポルトガル	ガルドベルデ	福岡県	がめ煮（筑前煮）
3月	ロシア	ウハー	佐賀県	シシリアンライス
4月	ドイツ	カルトツフェルズuppe	長崎県	ヒカド
5月	中国	麻婆豆腐	熊本県	だご汁