

令和6年4月分 学校給食献立予定表



準備や後片付けをきちんとしよう

日 曜	献立名	赤：主に体の組織をつくる		緑：主に体の調子を整える		黄：主にエネルギーになる		献立に含まれるアレルギー表示 (28品目)	エネルギー (kcal)
		1群 (たんぱく質)	2群 (カルシウム)	3群 (カロテン)	4群 (ビタミン)	5群 (炭水化物)	6群 (脂質)		
		魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 骨ごと食べる小魚 海そう	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		
9 火	ご飯					【米】			780
	牛乳		【牛乳】					乳	
	ポークカレー	ぶた肉・【大豆】		にんじん・【トマト】	たまねぎ	じゃがいも カレールウ	油	豚肉 大豆 小麦 りんご バナナ	
10 水	いちごゼリー和え ＜いちごゼリー＞				ナタデココ・パインアップル 【いちご】	砂糖			19.5
	赤飯					【米】・あずき 【もち米】			
	牛乳		【牛乳】					乳	
10 水	ハンバーグのおろしがけ	ぶた肉・とり肉			たまねぎ・だいこん	でん粉・砂糖	ラード・油	豚肉 鶏肉 大豆	855
	お祝いすまし汁	かまぼこ・【豆腐】		にんじん・【みつば】	はくさい・えのきだけ 干しいたけ			大豆	
	*お祝いデザート	豆乳			いちご	砂糖・水あめ		大豆	
11 木	ご飯					【米】			771
	牛乳		【牛乳】					乳	
	さわらの香味だれがけ	さわら				砂糖・でん粉	油・ごま油 ごま	ごま	
11 木	◎もやしのしそひじき和え		ひじき	こまつな・しその実	もやし	砂糖	油		36.1
	ぶた汁	ぶた肉・【豆腐】・赤みそ		にんじん	ごぼう・だいこん・えのきだけ ねぎ	さといも	油	豚肉 大豆	
	中華めん					【中華めん】		小麦	
12 金	牛乳		【牛乳】					乳	822
	とん骨ラーメン (汁)	ぶた肉・なると		にんじん・チンゲンサイ	キャベツ・もやし		油	豚肉 ゼラチン 小麦 ごま 大豆 鶏肉	
	☆揚げギョーザ・3個	ぶた肉		にら	キャベツ・たまねぎ・にんにく	パン粉・でん粉・砂糖 小麦粉	ラード・油	豚肉 小麦	
12 金	◎切干しだいこんの中華和え	まぐろフレーク		ほうれんそう	【切干しだいこん】		ドレッシング	大豆 小麦 鶏肉 豚肉	30.7
	ご飯					【米】			
	牛乳		【牛乳】					乳	
15 月	ぶた丼の具	ぶた肉		にんじん・ピーマン	たまねぎ・エリンギ・にんにく	砂糖・でん粉	油	豚肉 大豆 りんご ごま 小麦	775
	呉汁	とり肉・大豆ペースト 【豆腐】・ミックスみそ		にんじん	だいこん・ねぎ・しょうが	さといも	油	鶏肉 大豆	
	*パインアップル				パインアップル				
16 火	ご飯					【米】			764
	牛乳		【牛乳】					乳	
	☆じゃがいもとウィンナー のコンソメいため	ウィンナー		にんじん・ピーマン	たまねぎ	じゃがいも	油	鶏肉	
17 水	オニオンスープ	ベーコン		にんじん・ブロッコリー	たまねぎ・エリンギ		油	豚肉 大豆 牛肉	20.7
	わかめご飯		わかめ			【米】			
	牛乳		【牛乳】					乳	
17 水	絹厚揚げのそぼろあんかけ	大豆・とり肉				でん粉・砂糖	油	大豆 鶏肉	30.5
	肉じゃが	ぶた肉		にんじん・さやいんげん	こんにゃく・たまねぎ	じゃがいも・砂糖	油	豚肉	
	小麦入り米粉ロールパン					【小麦入り米粉ロールパン】		小麦 乳 大豆	
18 木	牛乳		【牛乳】					乳	809
	ポロニアステーキ	とり肉・ぶた肉				でん粉・砂糖	ラード・油	鶏肉 豚肉	
	◎ブロッコリーのドレッシング和え			ブロッコリー			ドレッシング	鶏肉 豚肉 りんご	
19 金	ミネストローネ	ウィンナー		にんじん・パセリ トマト	たまねぎ・【キャベツ】	マカロニ	油	鶏肉	36.4
	ご飯					【米】			
	牛乳		【牛乳】					乳	
19 金	☆ミンチカツ	ぶた肉			たまねぎ	パン粉・小麦粉 砂糖	油	豚肉 小麦 大豆	778
	かきたま汁	【卵】・とり肉・かまぼこ		にんじん・葉ねぎ	えのきだけ・干しいたけ	でん粉	油	卵 鶏肉	
	ご飯					【米】			
22 月	牛乳		【牛乳】					乳	745
	☆かれのいの竜田揚げ	かれい・みそ			しょうが・にんにく	でん粉・砂糖	ごま油・油		
	◎アスパラガスのささみ和え	ささみフレーク		アスパラガス	とうもろこし		ドレッシング	鶏肉 大豆 ゼラチン	
23 火	キャベツのみそ汁	【豆腐】・油揚げ ミックスみそ		にんじん	【キャベツ】・えのきだけ・ねぎ			大豆	28.5
	ご飯					【米】			
	牛乳		【牛乳】					乳	
23 火	牛肉とトマトの中華いため	牛肉		赤パプリカ・トマト	たまねぎ・たけのこ・黄パプリカ	砂糖・でん粉	ごま油・油	牛肉	756
	豆腐とこまつなの中華スープ	とり肉・【豆腐】		こまつな・にんじん	もやし・干しいたけ		油	鶏肉 大豆 豚肉	
	ココアパウダー					砂糖		大豆	

毎月19日は「食育の日」です。
食について、家族でも話し合ってみましょう！



令和6年4月分 学校給食献立予定表



準備や後片付けをきちんとしよう

日	曜	献立名	赤：主に体の組織をつくる		緑：主に体の調子を整える		黄：主にエネルギーになる		献立に含まれるアレルギー表示 (28品目)	エネルギー (kcal)	
			1群 (たんぱく質)	2群 (カルシウム)	3群 (カロテン)	4群 (ビタミン)	5群 (炭水化物)	6群 (脂質)			
24	水	りんごパン				りんご			小麦 乳 大豆 りんご	762	
		牛乳		【牛乳】					乳		
		☆ささみカツ	とり肉					じゃがいも・米粉 でん粉・砂糖	油		鶏肉 大豆
		コーンクリームスープ	ベーコン・豆乳		にんじん・パセリ	たまねぎ・とうもろこし		ホワइटルウ	油		豚肉 大豆
25	木	麦ご飯					【米】・大麦			781	
		牛乳		【牛乳】					乳		
		☆春巻	ぶた肉		にんじん・にら	キャベツ・もやし・エリンギ		でん粉・砂糖 小麦粉・水あめ	ごま油・油		豚肉 小麦
		はるさめスープ	ベーコン		にんじん・トウモロコシ	はくさい・干しいたけ とうもろこし		はるさめ	油		豚肉 大豆
		*ヨーグルト		ヨーグルト							乳
26	金	ご飯					【米】			749	
		牛乳		【牛乳】					乳		
		さばの塩焼き	さば						油		さば
		◎いんげんのごま和え			さやいんげん			砂糖	ごま		ごま
		湯葉のすまし汁	【豆腐】・湯葉		にんじん	はくさい・えのきだけ 干しいたけ・ねぎ					大豆
30	火	ご飯					【米】			766	
		牛乳		【牛乳】					乳		
		てりどり	とり肉				しょうが	砂糖・でん粉	油		鶏肉
		ちゃんこ汁			にんじん	はくさい・えのきだけ・しらたき ねぎ・干しいたけ			油		豚肉
		くいか団子	いか・たらすり身			しょうが	でん粉・砂糖	ラード	いか 豚肉	33.7	

○ * 印のお祝いデザートのお容器・スプーン、パイナップルの空袋、ヨーグルトのお容器・スプーンは業者が回収します。

○ サラダは、生野菜ではなく、すべてゆでて使用します。

○ 【 】の食品は愛知県産のものを使用しています。(天候などにより、産地が変わることがあります。)

○ ◎印はセンターでドレッシングなどで和えてあります。

○ ☆印はセンターで揚げて調理してあります。

○ 10日、11日、15日、16日、17日、22日、25日、26日、30日のおかずには、調味料にえび・かに・くるみ・小麦・卵・乳を含むことがあります。食材にはこれらのアレルギーとそば・落花生を含んでいません。



★保護者の方へ★

★ご入学・ご進級おめでとうございます★

夢と希望いっぱいに胸を膨らませ、新年度がスタートします。子どもたちの健やかな成長を支えるため、学校給食共同調理場では、安心安全な給食を提供できるように心がけていきます。また、学校給食は、食に関する知識や実践力を身につけるための教材としての役割もあります。ご家庭でも、ぜひ給食の話題に触れてみてください。



★学校給食献立予定表について★

- ①料理ごとに、使用する食材を6つの食品群に分けて記載します。
- ②料理ごとに、特定原材料及びそれに準ずる28品目についてのアレルギー表示を記載します。
*今年度より、調味料に含まれるアレルギーについては記載しません。
- ③1日の給食で摂取できる栄養量(エネルギーとたんぱく質)を記載します。
- ④一宮市の学校給食では毎月、「まごわやさしい献立」「だしを味わう日」「旬を味わう日」「正しいはしづかいの日」の4つのねらいをもった献立を提供しており、実施日には献立のねらいを記載します。



給食を通して学び、身に付けたいこと《食育の視点》

<h3>食事の重要性</h3> <p>おいしいね</p> <p>食事の大切さ、食事の喜び、楽しさを知る。</p>	<h3>心身の健康</h3> <p>健康!</p> <p>望ましい栄養や食事のとり方を知り、自分で管理していく力を身に付ける。</p>	<h3>食品を選択する能力</h3> <p>正しい知識や情報に基づいて、品質や安全性を判断できる力を身に付ける。</p>
<h3>感謝の心</h3> <p>食べ物を大事にし、生産などにかかわる人々へ感謝の心を持つ。</p>	<h3>社会性</h3> <p>食事マナーや食事を通じて、豊かな人間関係を作る。</p>	<h3>食文化</h3> <p>地域の産物、食文化、歴史を知り、尊重する心を持つ。</p>

一宮市では、学校給食課のウェブページに「好評献立」を掲載しています。ご家庭でも給食の味を再現してみてください。

