

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てよう

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) 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 (カルシウム) 牛乳・乳製品 骨ごと食べる小魚 海そう	3群 (カロテン) 緑黄色野菜	4群 (ビタミン) その他の野菜 果物・きのこ	5群 (炭水化物) 米・パン・めん いも・砂糖	6群 (脂質) 油脂 種実		
9 火	ご飯					【米】			780
	牛乳		【牛乳】					乳	
	ポークカレー	ふた肉・【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	19.5
	いちごゼリー和え くいちごゼリー>				ナタデココ・パインアップル 【いちご】		砂糖		
10 水	赤飯					【米】・あずき 【もち米】			855
	牛乳		【牛乳】					乳	
	ハンバーグのおろしかけ	ふた肉・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	31.6
	お祝いすまし汁 ＊お祝いデザート	かまぼこ・【豆腐】 豆乳		にんじん・【みつば】	はくさい・えのきだけ 干ししいたけ いちご			大豆 大豆	
11 木	ご飯					【米】			756
	牛乳		【牛乳】					乳	
	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	32.2
	豆腐とこまつな中華スープ ココアパウダー	とり肉・【豆腐】 大豆		こまつな・にんじん	もやし・干ししいたけ		油	鶏肉 大豆 豚肉 大豆	
12 金	中華めん					【中華めん】		小麦	822
	牛乳		【牛乳】					乳	
	とん骨ラーメン(汁)	ふた肉・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	30.7
	☆揚げギョーザ・3個 ◎切干しだいこんの中華和え	ふた肉 まぐろフレーク		にら ほうれんそう	キャベツ・たまねぎ・にんにく 【切干しだいこん】	パン粉・でん粉 砂糖・小麦粉	ラード・油 ドレッシング	豚肉 小麦 大豆 小麦 鶏肉 豚肉	
15 月	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	36.1
	◎もやしのしそひじき和え ぶた汁	ふた肉・【豆腐】・赤みそ		ひじき にんじん	こまつな・しその実 もやし ごぼう・だいこん・えのきだけ ねぎ	砂糖 さといも	油	豚肉 大豆	
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	20.7
	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	
17 水	わかめご飯		わかめ			【米】			795
	牛乳		【牛乳】					乳	
	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	ふた肉		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	
18 木	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	809
	牛乳		【牛乳】					乳	
	ポロニアステーキ	とり肉・ふた肉				でん粉・砂糖	ラード・油	鶏肉 豚肉	36.4
	◎ブロッコリーのドレッシング和え ミネストローネ	ウィンナー		ブロッコリー にんじん・パセリ トマト	たまねぎ・【キャベツ】	マカロニ	ドレッシング 油	鶏肉 豚肉 りんご 鶏肉	
19 金	ご飯					【米】			745
	牛乳		【牛乳】					乳	
	☆かわいいの竜田揚げ	かわいい・みそ			しょうが・にんにく	でん粉・砂糖	ごま油・油		28.5
	◎アスパラガスのささみ和え キャベツのみそ汁	ささみフレーク 【豆腐】・油揚げ ミックスみそ		アスパラガス にんじん	とうもろこし 【キャベツ】・えのきだけ・ねぎ		ドレッシング	鶏肉 大豆 ゼラチン 大豆	
22 月	ご飯					【米】			778
	牛乳		【牛乳】					乳	
	☆ミンチカツ	ふた肉			たまねぎ	パン粉・小麦粉 砂糖	油	豚肉 小麦 大豆	30.1
	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・干ししいたけ	でん粉	油	卵 鶏肉	
23 火	ご飯					【米】			749
	牛乳		【牛乳】					乳	
	さばの塩焼き	さば					油	さば	35.3
	◎いんげんのごま和え 湯葉のすまし汁	【豆腐】・湯葉		さやいんげん にんじん	はくさい・えのきだけ 干ししいたけ・ねぎ	砂糖	ごま	大豆	
24 水	りんごパン				りんご	パン		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	29.1
	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	ホワイトルウ	油	豚肉 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)		
25 木	麦ご飯					【米】・大麦			775
	牛乳		【牛乳】					乳	
	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	
	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				35.3
26 金	ご飯					【米】			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	20.2
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		33.7
<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		

○ * 印のお祝いデザート(空容器・スプーン)、パインアップルの空袋、ヨーグルト(空容器・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。

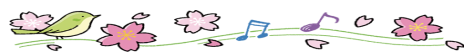
○ 10日、11日、15日、16日、17日、19日、23日、25日、30日のおかずには、調味料にえび・かに・くるみ・小麦・卵・乳を含むことがありますが、食材にはこれらのアレルギーとそば・落花生を含んでいません。



★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。

