

令和6年 4月分 中学校給食献立予定表



一宮市教育委員会学校給食課

一宮市立〇〇中学校

日 曜	献立名	主に体の組織を作る食品		主に体の機能を調節する食品		主に体の熱源となる食品		アレルギー義務表示 卵・乳・小麦・えび かに・そば・落花生 くるみ	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
		1群 (たんぱく質) 魚・肉・卵 大豆・大豆製品	2群 (カルシウム) 牛乳・乳製品 小魚・海そう	3群 (カロテン) 緑黄色野菜	4群 (ビタミン・食物繊維) 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			804	31.2
	牛乳		牛乳					乳		
	鶏肉のからあげ・2個	鶏肉			しょうが・にんにく	でん粉	油			
	菜花のツナ和え	ツナ		なばな	もやし	砂糖				
	桜のすまし汁	かまぼこ・とうふ		にんじん	はくさい・えのきだけ ねぎ					
10 水	ご飯					米			768	23.6
	カレーライス	豚肉		にんじん・トマト	たまねぎ・グリーンピース しょうが・にんにく	じゃがいも カレールウ	油	小麦		
	牛乳		牛乳					乳		
	花野菜サラダ	ハム		ブロッコリー	カリフラワー・キャベツ		ドレッシング			
	お祝いいちごゼリー				いちご	砂糖				
11 木	ご飯					米			716	26.4
	牛乳		牛乳					乳		
	照り焼きハンバーグ	鶏肉・豚肉			たまねぎ	砂糖・でん粉	油・ラード			
	こんぶ和え	鶏肉	こんぶ		キャベツ・きゅうり					
	けんちん汁	生揚げ		こまつな・にんじん	だいこん・こんにゃく	さといも				
12 金	麦ご飯					米・大麦			759	28.7
	牛乳		牛乳					乳		
	ヘルシーマーボードウフ	豚肉・だいず とうふ・みそ		にんじん・にら	たまねぎ・たけのこ にんにく・しょうが	砂糖・でん粉	油			
	パンサンスー	ハム			きゅうり・とうもろこし	はるさめ・砂糖	ごま油			
15 月	菜飯			ひろしまな・きょうな だいこんば		米			813	26.8
	牛乳		牛乳					乳		
	コロッケ	豚肉・牛肉		にんじん・パセリ	たまねぎ	じゃがいも・パン粉	油	小麦		
	骨太和え		ちりめんじゃこ	こまつな	もやし	砂糖				
	ちゃんこ汁	鶏団子・焼きとうふ		にんじん	しらたき・はくさい ねぎ・しょうが					
16 火	クロワッサン					クロワッサン		乳・小麦	777	25.4
	牛乳		牛乳					乳		
	パンネボロネーゼ	豚肉・豚レバー		にんじん・トマト	にんにく・たまねぎ グリーンピース	パンネ・砂糖 ハヤシルウ	油	小麦		
	カラフルサラダ	ハム		赤ピーマン	きゅうり・キャベツ とうもろこし		ノンエッグ マヨネーズ			
17 水	ご飯					米			724	30.2
	牛乳		牛乳					乳		
	めばるのあんかけ	めばる		みつば		砂糖・でん粉	油			
	アスパラガスのおかか和え	かつお削り節		アスパラガス	もやし	砂糖				
	新たまねぎのみそ汁	鶏肉・油揚げ・みそ		にんじん	たまねぎ・ねぎ	じゃがいも				
18 木	ご飯					米			779	31.5
	シャキシャキ豚丼の具	豚肉		にんじん	たまねぎ・ごぼう れんこん	砂糖	油			
	牛乳		牛乳					乳		
	かきたま汁	たまご・とうふ かまぼこ		ほうれんそう	だいこん・えのきだけ ねぎ	でん粉		卵		
	ヨーグルト		ヨーグルト					乳		

◆お知らせ◆

- ① 一宮市の給食では「そば・落花生」は、使用していません。
- ② 9日、11日、12日、17日、22日、26日のおかずの原材料には「卵・乳・小麦・えび・かに・くるみ」を含んでいません。ただし、調味料等に含まれる場合があります。
- ③ 献立予定表には主な材料のみ記載しています。食物アレルギー情報の詳細については、栄養教諭・栄養士にお問い合わせください。
- ④ 都合により献立が変更になる場合があります。

★給食レシピ紹介★

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。給食の味を家庭でも再現できるように、分量や作り方が分かるようになっています。



旬を
味わう日

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 中学校給食献立予定表



一宮市教育委員会学校給食課

一宮市立〇〇中学校

日 曜	献立名	主に体の組織を作る食品		主に体の機能を調節する食品		主に体の熱源となる食品		アレルギー義務表示 卵・乳・小麦・えび かに・そば・落花生 くるみ	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
		1群 (たんぱく質) 魚・肉・卵 大豆・大豆製品	2群 (カルシウム) 牛乳・乳製品 小魚・海そう	3群 (カロテン) 緑黄色野菜	4群 (ビタミン・食物繊維) 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			
19 金	中華めん					中華めん		小麦	737	25.8
	ちゃんぽん(汁)	豚肉・なると		にら・にんじん チンゲンサイ	たまねぎ・ねぎ・にんにく					
	牛乳		牛乳					乳		
	春巻	豚肉		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	油	小麦		
	切り干しナムル				切り干しだいこん きゅうり	砂糖	ごま油			
22 月	ご飯					米			724	26.7
	牛乳		牛乳					乳		
	さばの塩焼き	さば					油			
	赤じそ和え			ほうれんそう・赤じそ	はくさい・もやし					
	若竹汁	とうふ	わかめ	にんじん	たけのこ・だいこん えのきだけ・干しいたけ					
23 火	チャーハン	ハム			とうもろこし・エリンギ ねぎ	米	油		812	23.8
	牛乳		牛乳					乳		
	揚げぎょうざ・3個	豚肉		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	油・ラード	小麦		
	トックスープ	豚肉		にんじん・チンゲンサイ	もやし・干しいたけ たまねぎ	トック				
24 水	ご飯					米			812	28.9
	牛乳		牛乳					乳		
	厚焼き卵	卵				砂糖・でん粉		卵		
	ひじきのいため煮	油揚げ	ひじき	さやいんげん	とうもろこし	砂糖	油			
	新じゃがいものそぼろ煮	鶏肉・ちくわ		にんじん	たまねぎ・こんにゃく えだまめ	じゃがいも・砂糖 でん粉	油			
25 木	クロスロールパン					クロスロールパン		小麦・乳	797	29.0
	牛乳		牛乳					乳		
	チキンナゲット・2個	鶏肉			にんにく	パン粉・小麦粉	ラード・油	小麦		
	春キャベツの彩りサラダ	ツナ		赤ピーマン	キャベツ・きゅうり 黄ピーマン		ドレッシング			
	ミネストローネ	ウインナー		ブロッコリー・トマト	たまねぎ	じゃがいも・砂糖 ひよこ豆				
26 金	ご飯					米			714	26.8
	牛乳		牛乳					乳		
	魚とかぼちゃの揚げ煮	ホキ		かぼちゃ		砂糖・でん粉	油			
	ごま和え	鶏肉		ほうれんそう	もやし	砂糖	ごま			
	あおさのみそ汁	油揚げ・みそ	あおさ	にんじん	だいこん・しめじ	さといも				
30 火	ご飯					米			775	20.4
	ハヤシライス	牛肉		にんじん・トマト	たまねぎ・グリーンピース にんにく	ハヤシルウ じゃがいも	油	小麦		
	牛乳		牛乳					乳		
	フルーツクリームヨーグルト		ヨーグルト 生クリーム		もも・パインアップル みかん・ナタデココ	砂糖		乳		

給食が始まります！

学校給食では、子どもたち一人ひとりの体と心の成長を支えるために、安心・安全で栄養のバランスがよい、おいしい給食を提供していきます。

また、学校給食には、望ましい食習慣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。



毎月「4つのねらいのある献立」を実施します

旬を
味わう日

その時期の旬の食材を
味わうことのできる献立です。

正しいはし
づかいの日

さまざまなはしの使い方をして
食べることができる献立です。

「まごわやさ
しい」献立

まめ・ごま・わかめ(海藻)
野菜・魚・しいたけ(きのこ)
いもがすべて入った献立です。

だしを
味わう日

給食室でだしをとり、うま味を
感じることができる献立です。