



# 平成30年 3月分 小学校給食献立予定表



一宮市教育委員会学校給食課

一宮市立〇〇小学校

日 曜	献立名	あか	みどり	き	アレルギー義務表示 卵 小麦 えいかに そば 落花生
		からだのち・にく・ほねに なるしよくひん	からだのちようしをととのえる しよくひん	からだのねつやちからの もとなるしよくひん	
1 木	チョコあげパン			こがたロールパン・あぶら・さとう	小麦・乳
	プチパン (4~6ねんせい)			プチパン	小麦
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳
	コーンクリームスープ	とりにく・ぎゅうにゅう	たまねぎ・にんじん・とうもろこし・パセリ	じゃがいも・ホワイトルウ	小麦・乳
	いりどりサラダ	ハム	キャベツ・きゅうり・あかパプリカ・ きパプリカ	ドレッシング	
2 金	ちらしずし	あぶらあげ・たまご・でんぶ	ほししいたけ・にんじん	こめ・さとう・でんぶん・あぶら	卵・小麦
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳
	はるのすましじる	かまぼこ	はくさい・たけのこ・えのきたけ・みつば		
	なのはなあえ	とりにく	なばな・キャベツ・とうもろこし	さとう	
	ひなあられ			ひなあられ	
5 月	ごはん			こめ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳
	けんちんじる	とりにく・なまあげ	だいこん・にんじん・こんにゃく	さといも	
	さわらのてりやき	さわら	しょうが	あぶら・さとう・でんぶん	
	ゆかりあえ		はくさい・こまつな・あかじそ		
6 火	ごはん			こめ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳
	ヘルシーマーボードウフ	とうふ・ふたにく・だいず・みそ	たまねぎ・にんじん・たけのこ・ねぎ・にら	さとう・でんぶん	
	あいちのぎょうざ・2こ	ふたにく・とりにく・みそ	キャベツ・ねぎ・しょうが	ラード・でんぶん・さとう・ こむぎこ・あぶら	小麦
	パンサンスー	ハム	きゅうり・とうもろこし	はるさめ・さとう・ごまあぶら	
7 水	むぎごはん			こめ・おおむぎ	
	カレーライス	ふたにく	にんじん・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・あぶら	小麦
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳
	フルーツクリームヨーグルト	ヨーグルト・なまクリーム	ナタデココ・パイナップル・もも	さとう	乳
	ふくじんづけ		ふくじんづけ		
8 木	ロールパン			ロールパン	小麦・乳
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳
	やきそば	ふたにく・いか・あおのり	キャベツ・にんじん	やきそばめん・あぶら	小麦
	ファイバーサラダ	ハム	れんこん・ごぼう・きゅうり・あかパプリカ とうもろこし	ノンエッグマヨネーズ	
	コーヒーパウダー			コーヒーパウダー	
9 金	さけチャーハン	さけ・たまご	とうもろこし・エリンギ・ねぎ	こめ・あぶら・さとう・でんぶん	卵
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳
	ワンタンスープ	ふたにく	にんじん・チンゲンサイ・たまねぎ・もやし ほししいたけ	ワンタンのかわ	小麦
	にくだんご・2こ	とりにく	たまねぎ	さとう・パンこ・ごまあぶら でんぶん・あぶら	小麦
12 月	ごはん			こめ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳
	ぶたじる	ぶたにく・とうふ・みそ	ごぼう・だいこん・こんにゃく・ねぎ		
	コロッケ	ぶたにく・ぎゅうにゅう	たまねぎ・にんじん・パセリ	じゃがいも・パンこ・こむぎこ・ あぶら・さとう	小麦
	ひじきのごもくに	ひじき・ツナ・だいず	にんじん・さやいんげん	さとう	
13 火	ごはん			こめ	
	てまきごはんのぐ (えびのてんぷら・2こ)	えび・だいず		こむぎこ・パンこ・みずあめ・ あぶら・さとう・でんぶん	えび・小麦
	(そくせきづけ)		きゅうり・たくあん		
	(なっとう)	なっとう		さとう	
	(てまきのり)	のり			
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳
よしのじる	とりにく・とうふ・かまぼこ	にんじん・こまつな	さといも・でんぶん		



# 平成30年 3月分 小学校給食献立予定表



一宮市教育委員会学校給食課  
一宮市立〇〇小学校

日曜	献立名	赤	緑	黄	アレルギー義務表示						
		からだのち・にく・ほねになるしよくひん	からだのちようしをととのえるしよくひん	からだのねつやちからのもとになるしよくひん	卵	小麦	えび	かに	そば	落花生	
14水	ごはん			こめ							
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳						
	にくじゃが	ぶたにく・ちくわ	にんじん・たまねぎ・さやいんげん	じゃがいも・さとう・あぶら							
	さばのしおやき	さば		あぶら							
	ほうれんそうのしらあえ	とうふ	ほうれんそう・こんにやく	さとう・ごまあぶら・でんぷん・みずあめ							
15木	ソフトめん			ソフトめん		小麦					
	ちゃんぽんふうソフトめん	ぶたにく・いか	キャベツ・にんじん・たまねぎ・ねぎ・にんにく								
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳						
	さんしょくあえ	かにふうみかまぼこ	チンゲンサイ・はくさい・とうもろこし	さとう・ごま		小麦					
	れんこんチップス		れんこん	あぶら							
16金	ごはん			こめ							
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳						
	かきたまじる	たまご・かまぼこ	にんじん・はくさい・ねぎ	でんぷん		卵					
	なまあげのにくみそかけ 1~3ねん：1こ 4~6ねん：2こ	なまあげ・とりにく・みそ		さとう・でんぷん							
	てっこつあえ	ちりめんじゃこ	こまつな・キャベツ	さとう							
19月	せきはん			こめ・もちこめ・あずき・くろごま							
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳						
	さくらのすましじる	かまぼこ・とうふ	にんじん・えのきたけ・みつば								
	とりにくのからあげ	とりにく	しょうが・にんにく	でんぷん・あぶら							
	はなやさいのおかかあえ	かつおけすりぶし	ブロッコリー・カリフラワー	さとう							
	おいおいデザート			おいおいデザート							
20火	<p><b>卒業式</b></p> <p>おめでたい日の赤飯！ もち米と小豆やささげなどを蒸した赤飯は、お祝いの席などでよく食べられます。これは、赤い色には邪気をはらうという意味があるからです。もともとは、不吉なことが起こった時に赤飯を食べていましたが、「凶をかえして福にする」という縁起直しの意味を込めて、お祝いの時に食べるようになったそうです。</p>										
22木	ごはん			こめ							
	ビビンバのぐ(にく)	ぶたにく	しょうが・たけのこ	さとう・ごま・あぶら							
	(たまご)	たまご		さとう・でんぷん・あぶら		卵					
	(やさい)		ほうれんそう・もやし・にんじん	さとう・ごまあぶら							
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳						
ちゅうかスープ	ハム・とうふ	はくさい・チンゲンサイ・とうもろこし ほししいたけ									

**\*お知らせ\***

- 一宮市の給食では「そば・落花生」を使用していません。
- 5日・14日・19日のおかずの原料には、「乳・卵・小麦・えび・かに」は含まれていません。ただし、調味料に含まれる場合があります。
- アレルギー表示について・・・しょうゆ等の調味料に、微量に含まれるアレルゲンについては明記していません。詳しくは、栄養教諭・学校栄養職員にお問い合わせください。



**★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。



QRコードを読み取り



みなさんは、学校や家でどのような食生活を送っていましたか？1年間どのように過ごしてきたのか、自分自身をふりかえてみましょう。できていないところは来年度の目標にして、できているところは引き続き頑張しましょう。つぎの学年に向けて、春休みの間にレベルアップできるといいですね。

にチェックを入れてね！

<input type="checkbox"/> よくかんで味わって食べることができた。	<input type="checkbox"/> 食事の準備や後片付けに協力することができた。	<input type="checkbox"/> 食べ物の命や、食べ物を作ってくれた人に感謝の気持ちを持つことができた。	<input type="checkbox"/> 間食(おやつなど)は、時間と量を決めて食べることができた。(食べ過ぎなかった。)	<input type="checkbox"/> チェックは何個ついたかな？
<input type="checkbox"/> 好き嫌いをなく何でも食べることができた。	<input type="checkbox"/> マナーを守って食事をすることができた。	<input type="checkbox"/> 朝ごはんは休みの日も欠かさず食べた。	<input type="checkbox"/> 自分で選んで食べるときは、栄養のバランスを考えることができた。	<input type="checkbox"/> 食べ物に興味を持つことができた。