



# 令和5年4月分 学校給食献立予定表

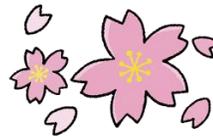


じゅんぴやあとかたづけをきちんとしよう

日 曜	こんだてめい	あか：おもにからだをつくるものになる		みどり：おもにからだのちょうしをととのえるものになる		き：おもにエネルギーのもとになる		献立に含まれるアレルギー表示 (28品目)	中学年重を掲載 エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
		1ぐん	2ぐん	3ぐん	4ぐん	5ぐん	6ぐん		
11 火	りんごパン				りんご	パン		小麦 乳 大豆 りんご	632
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳	
	☆ささみカツ	とりにく				じゃがいも・こめこ でんぷん・さとう	あぶら	鶏肉 大豆	25.9
	はるキャベツのスープ	ベーコン		にんじん・パセリ	【キャベツ】・たまねぎ とうもろこし	じゃがいも	あぶら	豚肉 大豆 牛肉 小麦	
12 水	ごはん					【こめ】			595
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳	
	☆あじフリッター・2こ	あじ				こむぎこ・でんぷん さとう・こめこ	あぶら	大豆 小麦	21.1
	とうにゅうみそしる	【ふたにく】・【とうふ】 しるみそ・とうにゅう		にんじん・はねぎ	はくさい・だいこん		あぶら	豚肉 大豆 小麦	
13 木	ごはん					【こめ】			654
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳	
	ポークカレー	【ふたにく】		にんじん・【トマト】	たまねぎ・グリーンピース	じゃがいも カレーウ	あぶら	豚肉 小麦 大豆 りんご バナナ	17.7
	みかんゼリーあえ				ナタデココ・パインアップル もも	みかんゼリー		もも	
14 金	せきはん					【こめ】・あずき 【もちこめ】			684
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳	
	ハンバーグのおろしだれ	とりにく・ふたにく			たまねぎ・だいこん	でんぷん・さとう じゃがいも	ラード あぶら	鶏肉 豚肉 大豆 小麦	26.6
	さくらのすましじる	かまぼこ・【とうふ】		にんじん・【みつば】	はくさい・えのきたけ ほししいたけ			大豆 小麦	
*おいわいデザート					おいわいデザート			大豆	
17 月	ごはん					【こめ】			596
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳	
	さわらのてりやき	さわら				さとう・でんぷん	あぶら	大豆 小麦	27.6
	◎いんげんのごまあえ			さやいんげん		さとう	ごま	大豆 小麦 ごま	
しんたまねぎのみそしる	【とうふ】・あかみそ	わかめ	にんじん	【たまねぎ】・えのきたけ・ねぎ	じゃがいも		大豆		
18 火	ごはん					【こめ】			613
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳	
	やきにくどんのぐ	【ふたにく】		にんじん・ピーマン あかパプリカ	たまねぎ・エリンギ・にんにく	さとう・でんぷん	あぶら	豚肉 大豆 小麦 りんご ごま	23.8
	はるさめスープ	ベーコン		にんじん・チンゲンサイ	はくさい・ほししいたけ	はるさめ	あぶら	豚肉 大豆 鶏肉 小麦	
*パインアップル					パインアップル				
19 水	わかめごはん		わかめ			【こめ】			615
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳	
	☆ソースカツ	ふたにく・だいすこ				こむぎこ・でんぷん さとう	あぶら	豚肉 小麦 大豆 りんご	27.7
	ちゃんむしスープ	とりにく・【たまご】 かまぼこ		にんじん・はねぎ	えのきたけ・ほししいたけ	でんぷん	あぶら	鶏肉 卵 小麦 大豆	

○ \* \_\_\_\_\_ しるしのパインアップルのからぶくろ、おいわいデザートのからようき・スプーンはぎょうしゃがかいしゅうします。 【\*こざかな：ほねごとたべるこざかなをさします。】

- サラダは、なまやさいではなく、すべてゆでてしようします。
- 【 】のしょくひんはあいちけんさんのものをしようしています。(てんこうなどにより、さんちがかわることがあります。)
- ◎しるしはセンターでドレッシングなどであえてあります。
- ☆しるしはセンターであげてちょうりしてあります。
- 14日、17日、18日のおかずには、調味料に乳・卵・小麦・えび・かに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。



4月9日(日)は愛知県議会議員一般選挙、  
4月23日(日)は一宮市議会議員一般選挙  
の投票日です。  
必ず投票に出かけましょう！  
一宮市明るい選挙推進協議会

## ★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、新学期がスタートします。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。よろしくお願ひします。

### ★学校給食献立予定表について★

- ①今年度より、献立表を教材として活用できるよう、献立名の記載の順番を変更し、主食・牛乳・主菜・副菜・汁物・添加物の順にしています。
- ②料理ごとに、使用される食材を6つの食品群に分けて記載しています。
- ③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ています。
- ④1日の給食で摂取できる栄養量(エネルギーとたんぱく質)を記載しています。今年度より、エネルギーとたんぱく質を上下で記載しています。
- ⑤一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ています。

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5年4月分 学校給食献立予定表



じゅんぴやあとかたづけをきちんとしよう

日 曜	こんだてめい	あか：おもにからだをつくるもとになる		みどり：おもにからだのちょうしをととのえるもとになる		き：おもにエネルギーのもとになる		献立に含まれるアレルギー表示 (28品目)	中学年量を掲載 エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
		1ぐん	2ぐん	3ぐん	4ぐん	5ぐん	6ぐん		
		さかな・にく・たまご まめ・まめせいひん	ぎゅうにゅう にゅうせいひん *こざかな・かいそう	いろいろのこいやさい	そのたのやさい・くだもの・きのこ	こめ・パン・めん いも・さとう	ゆし・しゅじつ		
20 木	ソフトめん					ソフトめん		小麦	754
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳	
	ソフトめんミートソース(しる)	ぎゅうにく・【ふたにく】 【だいず】		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・さとう	あぶら	牛肉・豚肉・大豆・小麦 りんご	
	ポロニアステーキ	とりにく・ぶたにく				でんぷん・さとう	ラード あぶら	鶏肉 豚肉	
	◎アスパラガスとツナのサラダ	まぐろフレーク		アスパラガス			ドレッシング	大豆	
21 金	ごはん	【だし はしつかいのひ】				【こめ】			618
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳	
	きぬあつあげのあまみそがけ	だいず・あかみそ				でんぷん・さとう	あぶら	大豆 小麦	
	とりだんごじる	とりだんご		にんじん	はくさい・ねぎ・えのきたけ しらたき			鶏肉 大豆 小麦	
24 月	ごはん	【だしを あじわうひ】				【こめ】			618
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳	
	さばのしおやき	さば					あぶら	さば	
	◎こがねあえ	【ほねに きをつけてね】		【ほうれんそう】	とうもろこし	さとう		大豆 小麦	
	よしのじる	【とうふ】		にんじん	だいこん・ほししいだけ ねぎ	さといも・でんぷん		大豆 小麦	
25 火	むぎごはん	【しゅんを あじわうひ】				【こめ】・おおむぎ			610
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳	
	しんじゃがのそぼろに	【とりにく】		にんじん・さやいんげん	こんにゃく・たまねぎ	じゃがいも・さとう	あぶら	鶏肉 大豆 小麦	
	しらすいりあつやきたまご	たまご	しらす	こまつな		でんぷん・さとう	あぶら	卵 小麦 大豆	
	◎キャベツのしそひじきあえ		ひじき	こまつな・しそのみ	【キャベツ】	さとう・みずあめ	ごま・あぶら	ごま 小麦 大豆	
26 水	こむぎいりこめロールパン					【こむぎいりこめロールパン】		小麦 乳 大豆	766
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳	
	☆とりにくのマリアナソースがけ	とりにく			しょうが	でんぷん・さとう	あぶら	鶏肉 大豆 小麦 りんご	
	コーンクリームスープ	ベーコン・とうにゅう		にんじん・パセリ	たまねぎ・とうもろこし	ホワイトルウ	あぶら	豚肉 大豆	
27 木	ごはん					【こめ】			696
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳	
	☆ポテトコロッケ	ぶたにく・ぎゅうにく		にんじん・パセリ	たまねぎ	じゃがいも・パンこ さとう・こむぎこ	あぶら	豚肉 牛肉 小麦 大豆	
	ごじる	【ぶたにく】・だいず 【とうふ】・ミックスみそ		にんじん・はねぎ	だいこん・しょうが		あぶら	豚肉 大豆	
	ココアパウダー					ココアパウダー		大豆	
28 金	ちゅうかめん					【ちゅうかめん】		小麦	646
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳	
	しょうゆラーメン(しる)	【ぶたにく】・なると		にんじん・にら	はくさい・もやし		あぶら	豚肉 小麦 大豆 鶏肉 ゼラチン	
	☆あげぎョーザ・2こ	とりにく・だいずこ			キャベツ・たまねぎ・にんにく しょうが	でんぷん・さとう こむぎこ	ラード ごまあぶら あぶら	豚肉 鶏肉 大豆 小麦 ごま	

○ サラダは、なまやさいではなく、すべてゆでてしようします。

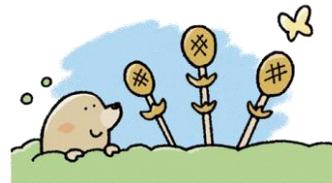
【\*こざかな：ほねごとたべるこざかなをさします。】

○ 【 】のしょくひんはあいちけんさんのものをしようしています。(てんこうなどにより、さんちがかわることがあります。)

○ ◎しるしはセンターでドレッシングなどであえてあります。

○ ☆しるしはセンターであげてちょうりしてあります。

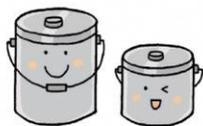
○ 21日、24日のおかずには、調味料に乳・卵・小麦・えび・かにを含むことがありますが、  
食材にはこれらのアレルギーとそば・落花生を含んでいません。



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

## 給食当番の身支度・準備 6つのポイント

食べ物を扱うという自覚を持って衛生面に気をつけましょう。



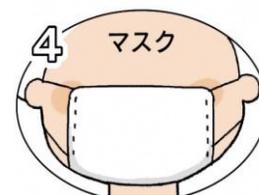
1 つめ  
つめが伸びている人は  
短く切っておきましょう。



2 白衣・エプロン  
清潔な白衣やエプロンを  
きちんと身につけましょう。



3 帽子  
髪の毛が出ないように  
帽子をかぶりましょう。



4 マスク  
マスクは口と鼻が隠れ  
るようにつけましょう。



5 ハンカチ  
給食用の清潔なハンカ  
チを用意しましょう。



6 手洗い。  
石けんを使って十分な  
手洗いをしましょう。