

# 令和6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)	中学年量を換算 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 *ごさかな・かいそう	いろいろのいやさい	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			
9	火	りんごパン				りんご	パン		小麦 乳 大豆 りんご	673	
		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		
		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		
10	水	ごはん					【こめ】			565	
		ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳		
		☆はるまき	ぶたにく		にんじん・にら	キャベツ・もやし・エリンギ	でんぷん・さとう こむぎこ・みずあめ	ごまあぶら あぶら	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	ほくさい・ほししいたけ とうもろこし	はるさめ	あぶら	豚肉 大豆		
11	木	ごはん					【こめ】			620	
		ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳		
		☆ミンチカツ	ぶたにく			たまねぎ	パンこ・こむぎこ さとう	あぶら	豚肉 小麦 大豆		
		かきたまじる	【たまご】・とりにく 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	卵 鶏肉		
12	金	ごはん					【こめ】			649	
		ぎゅうにゅう	ただしい はしづかいのひ						乳		
		きぬあつあげのそぼろあんかけ	だいたす・とりにく				でんぷん・さとう	あぶら	大豆 鶏肉		
		にくじゃが	ぶたにく		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	豚肉		
15	月	ごはん					【こめ】			615	
		ぎゅうにゅう	しゅんを あじわうひ						乳		
		☆かれないのたつたあげ	かれない・みそ	ほねにきを つけてね		しょうが・にんにく	でんぷん・さとう	ごまあぶら あぶら			
		◎アスパラガスのささみあえ	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 セラチン		
キャベツのみそじる	【とうふ】・あぶらあげ ミックスみそ		にんじん	【キャベツ】・えのきたけ・ねぎ			大豆				
16	火	せきはん					【こめ】・あずき 【もちこめ】			686	
		ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳		
		ハンバーグのおろしがけ	ぶたにく・とりにく			たまねぎ・だいこん	でんぷん・さとう	ラード あぶら	豚肉 鶏肉 大豆		
		おいわいすましじる	かまぼこ・【とうふ】		にんじん・【みつば】	ほくさい・えのきたけ ほししいたけ			大豆		
*おいわいデザート	とうにゅう			いちご	さとう・みずあめ		大豆				
17	水	ごはん					【こめ】			609	
		ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳		
		☆じゃがいもドライシナーの コンソメいため	ウインナー		にんじん・ピーマン	たまねぎ	じゃがいも	あぶら	鶏肉		
		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		あぶら	豚肉 大豆 牛肉		
18	木	むぎごはん					【こめ】・おおむぎ			590	
		ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳		
		ぎゅうにくとトマトの ちゅうかいだめ	ぎゅうにく		あかパプリカ・トマト	たまねぎ・たけのこ・きパプリカ	さとう・でんぷん	ごまあぶら あぶら	牛肉		
		とうふとこまつなのちゅうか スープ	とりにく・【とうふ】		こまつな・にんじん	もやし・ほししいたけ		あぶら	鶏肉 大豆 豚肉		
ココアパウダー					さとう		大豆				
19	金	わかめごはん	だしを あじわうひ	わかめ			【こめ】			607	
		ぎゅうにゅう	ほねにきを	【ぎゅうにゅう】					乳		
		さばのしおゆき	さば					あぶら	さば		
		◎いんげんのごまあえ			さやいんげん		さとう	ごま	ごま		
ゆばのすましじる	【とうふ】・ゆば		にんじん	ほくさい・えのきたけ ほししいたけ・ねぎ			大豆				
22	月	ごはん					【こめ】			624	
		ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳		
		てりどり	とりにく			しょうが	さとう・でんぷん	あぶら	鶏肉		
		ちゃんこじる ＜いかだんご＞	とりにく・【とうふ】		にんじん	ほくさい・えのきたけ・しらたき ねぎ・ほししいたけ	しょうが	あぶら	いか 豚肉		
でんぷん・さとう					でんぷん・さとう	ラード					
23	火	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	655	
		ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳		
		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		
		◎ブロッコリーのドレッシングあえ			ブロッコリー			ドレッシング	鶏肉 豚肉 りんご		
ミネストローネ	ウインナー		にんじん・パセリ トマト	たまねぎ・【キャベツ】	マカロニ	あぶら	鶏肉				
24	水	ごはん					【こめ】			627	
		ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳		
		ポークカレー	ぶたにく・【だいたす】		にんじん・【トマト】	たまねぎ	じゃがいも カレールウ	あぶら	豚肉 大豆 小麦 りんご		
		いちごゼリーあえ ＜いちごゼリー＞				ナタデココ・パインアップル			バナナ		
【いちご】					さとう						

【\*ごさかな：ほねごとたべるごさかなをさします。】  
一宮市教育委員会学校給食課 北部・小学校




# 令和6年4月分 学校給食献立予定表



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！



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のになる		献立に含まれるアレルギー表示 (28品目)	エネルギー (kcal)	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 じゅうせいひん *こざかな・かいそう	いろいろのいやさい	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			
25 木	ごはん 「まごわやさしい」 こんだて	 ほねにきを つけてね	【ぎゅうにゅう】			【こめ】		乳	621	
	ぎゅうにゅう									
	さわらのこみだれがけ	さわら				さとう・でんぷん	あぶら・ごま ごまあぶら	ごま		
	◎もやしのしそひじきあえ		ひじき	こまつな・しそのみ	もやし	さとう	あぶら		30.7	
	ぶたじる	ぶたにく・【とうふ】 あかみそ		にんじん	ごぼう・だいこん・えのきたけ ねぎ	さといも	あぶら	豚肉 大豆		
26 金	ちゅうかめん					【ちゅうかめん】		小麦	633	
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳		
	とんこつラーメン(しる)	ぶたにく・なると		にんじん・チンゲンサイ	キャベツ・もやし		あぶら	豚肉 ゼラチン 小麦 ごま 大豆 鶏肉	23.8	
	☆あげぎョーザ・2こ	ぶたにく		にら	キャベツ・たまねぎ・にんにく	パンこ・でんぷん こむぎこ	ラード あぶら	豚肉 小麦		
30 火	ごはん					【こめ】		乳	617	
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					豚肉 大豆 りんご ごま		
	ぶたどんのぐ	ぶたにく		にんじん・ピーマン	たまねぎ・エリンギ・にんにく	さとう・でんぷん	あぶら	小麦		
	こじる	とりにく・だいすべーす 【とうふ】・ミックスみそ		にんじん	だいこん・ねぎ・しょうが	さといも	あぶら	鶏肉 大豆	28.8	
	*パインアップル				パインアップル					

- \* しるしのおいおいデザートの中からようき・スプーン、パインアップルのからぶくろ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。
- 12日、15日、16日、17日、18日、19日、22日、25日、30日のおかすには、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。






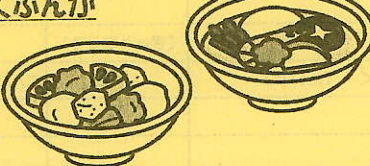


### ★学校給食献立予定表について★

- 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。



## きょうしょくをとおしてまなび、みにつけたいこと《しょくいくのしてん》

<h3>しょくじのじゅうようせい</h3>  <p>おいしいね</p> <p>しょくじのたいせつさ、しょくじのよろこび、たのしさをしる。</p>	<h3>しんしんのけんこう</h3>  <p>けんこう</p> <p>のぞましいえいようやしょくじのとりにかたをしり、じぶんでかんりしていくちからをみにつける。</p>	<h3>しょくひんをせんとくするのういよく</h3>  <p>ただしいちしきやじょうほうにもとづいて、ひんしつやあんぜんせいをはんだんできるちからをみにつける。</p>
<h3>かんしゃのこころ</h3>  <p>たべものをだいじにし、せいさんなどにかかわるひとびとへかんしゃのこころをもつ。</p>	<h3>しゃかいせい</h3>  <p>しょくじマナーやしょくじをつうじて、ゆたかなにんげんかんけいをつくる。</p>	<h3>しょくぶんか</h3>  <p>ちいきのさんぶつ、しょくぶんか、れきしをしり、そんちょうするところをもつ。</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。

