



ホームページで  
献立表が確認  
できます。

# 4月献立表



クックパッドで応募  
献立や給食の人気  
レシピが確認できます。

尾張旭市学校給食センター  
中学校

| 日  | 曜 | 献立名           | 主な材料と働き             |                    |              |                            |                               |                  |      |
|----|---|---------------|---------------------|--------------------|--------------|----------------------------|-------------------------------|------------------|------|
|    |   |               | 体をつくる               |                    | 体の調子をととのえる   |                            | 体を動かすエネルギーとなる                 |                  |      |
|    |   |               | 1群<br>魚・肉・卵・大豆・大豆製品 | 2群<br>牛乳・乳製品・小魚・海藻 | 3群<br>緑黄色野菜  | 4群<br>その他の野菜・きのこ・果物        | 5群<br>穀物・いも類・さとう              | 6群<br>油脂類・種実類    |      |
| 14 | 火 | 麦ごはん 牛乳       |                     | 牛乳                 |              |                            | 米 麦                           |                  |      |
|    |   | 照り焼きハンバーグ     | だいたい ぶた肉 とり肉        |                    |              | たまねぎ                       | じゃがいも でんぷん さとう                |                  |      |
|    |   | キャベツのおかかあえ    | かつおぶし               |                    | チンゲンサイ にんじん  | キャベツ                       | さとう                           |                  |      |
|    |   | お祝いすまし汁       | とうふ とり肉 かまぼこ        |                    | にんじん         | だいこん ねぎ えのきたけ              |                               |                  |      |
| 15 | 水 | ♥入学お祝いクレープ    | 豆乳 だいたい             |                    |              | いちご                        | 米粉 さとう 水あめ でんぷん               | だいたい 加工油脂        |      |
|    |   | ミルクロールパン 牛乳   |                     | 牛乳                 |              |                            |                               | ミルクロールパン         |      |
|    |   | ◎米粉のかりかり魚フライ  | ホキ                  |                    |              |                            |                               | 米のぼろ粉 じゃがいも でんぷん | なたね油 |
|    |   | コールスローサラダ     |                     |                    | にんじん         | キャベツ                       |                               | ドレッシング           |      |
| 16 | 木 | ごはん 牛乳        |                     | 牛乳                 |              |                            | 米                             |                  |      |
|    |   | 肉じゃが          | ぶた肉                 |                    | にんじん         | たまねぎ しらたき えだまめ しょうが        | じゃがいも さとう                     |                  |      |
|    |   | ◎さばの照り焼き      | さば                  |                    |              |                            |                               | さとう でんぷん         |      |
|    |   | もやしの赤じそあえ     |                     |                    | 赤じそ粉         | もやし                        |                               |                  |      |
| 17 | 金 | ロウカット玄米ごはん 牛乳 |                     | 牛乳                 |              |                            | 米 ロウカット玄米                     |                  |      |
|    |   | ピビンバ          | 牛肉 たまご              |                    | にんじん         | しょうが にんにく 切干大根             | でんぷん さとう                      | なたね油             |      |
|    |   | ナムル           |                     |                    | ほうれんそう       | もやし                        | さとう                           | ごま ごま油           |      |
|    |   | トッポキスープ       | ぶた肉                 |                    | にんじん いら      | たまねぎ しいたけ                  |                               | トッポキ             |      |
| 20 | 月 | ごはん 牛乳        |                     | 牛乳                 |              |                            | 米                             |                  |      |
|    |   | ツナの甘辛煮        | まぐろ油づけ              |                    | にんじん         | とうもろこし しょうが                | さとう                           |                  |      |
|    |   | ハリハリ漬け        |                     |                    |              | きゅうり たくあん                  |                               |                  |      |
|    |   | 呉汁            | とうふ だいたい 油あげ みそ     | わかめ                |              | だいこん ねぎ えのきたけ              |                               |                  |      |
| 21 | 火 | ごはん 牛乳        |                     | 牛乳                 |              |                            | 米                             |                  |      |
|    |   | カレーライス        | ぶた肉                 |                    | にんじん         | たまねぎ りんご                   | じゃがいも カレールウ                   |                  |      |
|    |   | 焼きフランクフルト     | フランクフルトソーセージ        |                    |              | キャベツ 福神漬                   | さとう                           | 米油               |      |
|    |   | 福神漬サラダ        |                     |                    |              |                            |                               |                  |      |
| 22 | 水 | ロールパン 牛乳      |                     | 牛乳                 |              |                            | ロールパン                         |                  |      |
|    |   | 米粉のコロッケ       | ぶた肉 牛肉              |                    | にんじん パセリ     | たまねぎ                       | 米粉 じゃがいも さとう でんぷん 米のぼろ粉       | なたね油             |      |
|    |   | ★カラフルスパゲティサラダ | ハム                  |                    | にんじん         | えだまめ とうもろこし                | マカロニ                          | たまごめきドレッシング      |      |
|    |   | 春キャベツのコンソメスープ | とり肉                 |                    | にんじん         | キャベツ たまねぎ マッシュルーム          |                               |                  |      |
| 23 | 木 | わかめごはん 牛乳     |                     | 牛乳 わかめ             |              |                            | 米                             |                  |      |
|    |   | ◎いわしの梅煮       | いわし                 |                    | 赤じそ          | うめぼし                       | でんぷん さとう                      |                  |      |
|    |   | れんこんサラダ       | まぐろ油づけ              |                    | にんじん         | れんこん きゅうり とうもろこし           | さとう                           | たまごめきドレッシング 米油   |      |
|    |   | とうふ汁          | とうふ とり肉 油あげ         |                    |              | ねぎ                         |                               |                  |      |
| 24 | 金 | ごはん 牛乳        |                     | 牛乳                 |              |                            | 米                             |                  |      |
|    |   | 豚肉どんぶり        | ぶた肉 かまぼこ 焼きとうふ      |                    | にんじん         | たまねぎ しらたき                  | さとう                           |                  |      |
|    |   | ◎あじフリッター(1こ)  | あじ                  | アオサ                |              |                            | 小麦粉 でんぷん 米粉 さとう               | だいたい なたね油        |      |
|    |   | もやしのごまあえ      |                     |                    | にんじん         | もやし                        | さとう                           | ごま               |      |
| 27 | 月 | ごはん 牛乳        |                     | 牛乳                 |              |                            | 米                             |                  |      |
|    |   | キャベツ入りメンチカツ   | 牛肉 ぶた肉 だいたい         |                    |              | キャベツ たまねぎ                  | でんぷん 小麦粉 さとう 小麦粉              | なたね油             |      |
|    |   | 野菜のしそひじきあえ    | まぐろ油づけ              | ひじき                | こまつな にんじん しそ |                            | さとう                           |                  |      |
|    |   | けんちん汁         | とり肉                 |                    | にんじん         | だいこん ねぎ ごぼう                | さとう                           | ごま油              |      |
| 28 | 火 | 麦ごはん 牛乳       |                     | 牛乳                 |              |                            | 米 麦                           |                  |      |
|    |   | ホイコーロー        | ぶた肉 みそ              |                    | にんじん ピーマン    | キャベツ ねぎ しょうが にんにく          | さとう でんぷん                      |                  |      |
|    |   | 豆腐とわかめのスープ    | とり肉 とうふ             | わかめ                | にんじん         | たまねぎ ねぎ とうもろこし しいたけ        | マロニー                          |                  |      |
|    |   | 一口ゼリー(りんご味)   |                     |                    |              |                            | 一口ゼリー                         |                  |      |
| 30 | 木 | 麦ごはん 牛乳       |                     | 牛乳                 |              |                            | 米 麦                           |                  |      |
|    |   | マーボー豆腐        | とうふ ぶた肉 みそ          |                    | にんじん         | たけのこ ごぼう ねぎ しいたけ しょうが にんにく | さとう でんぷん                      | ごま油              |      |
|    |   | ショウロンボウ(2こ)   | ぶた肉                 |                    |              | キャベツ しょうが たまねぎ             | 小麦粉 でんぷん 醤油 さとう オイスターソース(かつお) | なたね油 加工油脂        |      |
|    |   | パンサンズ         |                     |                    | にんじん         | キャベツ もやし                   | さとう                           | ごま油              |      |

※都合により献立や材料を変更する場合があります。♥は直接学校へ配達されるものです。★は応募献立です。◎魚を使った献立は骨に注意して食べましょう。※「あさひースマイル給食」は、副食(おかず)から8大アレルゲン(卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに・くるみ)を除去した日です。※学校給食では、アレルギー特定原材料等28品目のうち、「そば・落花生・くるみ・あわび・いも・カシューナッツ・キウイフルーツ・マカダミアナッツ・やまいも」の9品目は使用しません。△食物アレルギーのある方へ、献立表は、6つの基礎食品群に分類できる食品を記載しているため、微量な食品や調味料等は、記載していません。詳しい材料が知りたい方は、申し出てください。

今月の給食目標  
学校給食を知ろう

学校給食について

入学・進級おめでとうございます。  
新しい生活が始まります。新しいクラスで食べる給食はどんな味がするかな?クラスのみなと一緒で味わう給食には、いろんな「学び」が詰まっています。それは、給食が単なる食事の時間ではなく、「学校給食法」に基づき実施される教育活動だからです。実際に食べて、感じて、見て、味わってたくさんのお話を学びましょう!

保護者のみなさまへ  
学校給食では、卵・乳の食物アレルギー対応給食を実施しています。希望される方は学校に申し出てください。

☆☆☆今月のおすすめ地場産物☆☆☆  
キャベツ 愛知県は、キャベツ畑の面積が日本一。冬に収穫される、玉が固くてしまっている「冬キャベツ」から、春に収穫される、やわらかい「春キャベツ」まで、味わうことができます。4月の給食では愛知県産の「春キャベツ」が登場します。甘くてやわらかいですよ。

応募献立の紹介 『カラフルスパゲティサラダ』  
→ 渋川小学校の児童が考えました。  
★給食では22日に食べます。(作り方はホームページをご覧ください)

毎月19日は「食育の日」  
～おうちでごはんの日～