

令和5年4月分 学校給食献立一覧表

田原市給食センター

日 曜	献立名	お知らせ	おもに体をつくるもとになる		おもに体の調子を整えるもとになる		おもにエネルギーのもとになる		エネルギー (kcal) 上段:小学校 下段:中学校	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群		
			魚・肉・卵・豆・豆製品	牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・きのこ類・果物	穀類・いも類・砂糖	油脂・種実類		
	<入学・進級祝い給食>									
10月	赤飯 牛乳		あずき	牛乳			米	ごま塩	608 824	
	すまし汁		豆腐 かまぼこ	わかめ	にんじん ねぎ					
	トンカツ		ぶた肉				パン粉 でんぷん	油		
	おひたし	しょうゆ(クラス1本)	けずりぶし		にんじん チンゲンサイ	もやし キャベツ				
	一口りんごゼリー(小)					りんご	砂糖			
もものタルト(中)	直送		豆乳			もも	砂糖 米粉	油		
11火	ごはん 牛乳			牛乳			米		606 740	
	白みそ汁		油あげ みそ		こまつな	たまねぎ しめじ	じゃがいも			
	豆腐ハンバーグおろしソース		豆腐 とり肉 ぶた肉			たまねぎ だいこん	パン粉 砂糖 でんぷん			
	ひじきの炒め煮		とり肉	ひじき	にんじん さやいんげん	こんにゃく	砂糖	油		
12水	ごはん 牛乳			牛乳			米		638 810	
	中華スープ		ハム うずら卵	わかめ	にんじん	もやし		油		
	揚げぎょうざ	小2こ中3こ	ぶた肉		にら	キャベツ たまねぎ にんにく	パン粉 でんぷん 小麦粉	油		
ピーマン炒め		ぶた肉		にんじん	キャベツ たまねぎ たけのこ	ピーマン	油 ごま油			
13木	ごはん 牛乳			牛乳			米		636 745	
	筑前煮		とり肉 ちくわ		にんじん さやいんげん	こんにゃく しいたけ	砂糖	油		
	さばのみそ煮		さば みそ				砂糖			
	もずくサラダ			もずく	にんじん チンゲンサイ	キャベツ		塩ドレッシング		
14金	ジャーマンポテトサンド 牛乳	ジャーマンポテトをタルタルソースであえ、パンにはさんで食べましょう	ベーコン	牛乳			サンドイッチロールパン	じゃがいも	タルタルソース	637 750
	ミネストローネ	スプーン	とり肉		にんじん トマト	たまねぎ セロリ キャベツ	マカロニ 砂糖	油		
	甘夏	ビニール手袋				甘夏				
17月	ごはん 牛乳			牛乳			米		631 767	
	かき玉汁		卵 かまぼこ	わかめ	にんじん みつば		でんぷん			
	いかフライ		いか				パン粉 小麦粉	油		
	切干大根の煮付		油あげ		にんじん さやいんげん	きりぼしだいこん	砂糖	油		
18火	<小学校1年生給食開始>									
	カレーライス 牛乳	スプーン	ぶた肉	牛乳	にんじん	たまねぎ グリンピース	米 じゃがいも	油 カレールウ	665 849	
	大豆サラダ		ハム 大豆		にんじん ブロッコリー	しょうが		油 マヨネーズ		
	小魚(中)			こざかな			砂糖			
ごはん 牛乳			牛乳			米				
19水	合わせみそ汁		豆腐 油あげ みそ	わかめ	ねぎ	だいこん えのきたけ			644 796	
	揚げ鶏のてりごろうも		とり肉				でんぷん 砂糖	油		
	きゅうりの塩昆布あえ			塩こんぶ		きゅうり キャベツ もやし		ごま油		
	ミルクロールパン 牛乳			牛乳			ミルクロールパン			
20木	野菜のスープ煮	スプーン	とり肉		にんじん チンゲンサイ	とうもろこし キャベツ	じゃがいも	油	681 805	
	イタリアンスパゲッティ		ベーコン		トマト	エリンギ たまねぎ にんにく	スパゲッティ	油		
	ミックスベリーヨーグルト	スプーン		ヨーグルト		いちご ブルーベリー	砂糖			
	わかめごはん 牛乳			わかめ 牛乳			米			
21金	肉じゃが		ぶた肉		にんじん さやいんげん	たまねぎ こんにゃく	じゃがいも 砂糖	油	661 796	
	いわしの梅煮		いわし			うめ	砂糖			
	ごまあえ		油あげ		にんじん みずな	キャベツ もやし	砂糖	ごま		
24月	ごはん 牛乳			牛乳			米		635 800	
	マーボー豆腐	スプーン	ぶた肉 牛肉 豆腐 みそ		ねぎ	たまねぎ しょうが	砂糖 でんぷん	ごま油 油		
	えびしゅうまい	小2こ中3こ	えび たら			たまねぎ	小麦粉 パン粉 でんぷん			
	そえ野菜				チンゲンサイ	もやし				
25火	ごはん 牛乳			牛乳			米		696 843	
	沢煮汁		ぶた肉 豆腐 油あげ		にんじん ねぎ	ごぼう えのきたけ				
	コロケ		牛肉 ぶた肉		にんじん パセリ	たまねぎ	じゃがいも 小麦粉 パン粉	油		
	ツナと大豆の煮つけ		ツナ 大豆		にんじん さやいんげん	こんにゃく たけのこ	砂糖	油		
26水	クロロールパン 牛乳			牛乳			クロロールパン		664 784	
	白いんげんのポタージュスープ	スプーン	とり肉 白いんげん豆	ポタージュスープの素	にんじん パセリ	たまねぎ		バター		
	肉だんご	小2こ中3こ	とり肉 大豆	ホワイトルウ 牛乳		たまねぎ	砂糖 パン粉	油		
	コーンサラダ				ほうれんそう	とうもろこし キャベツ		イタリアンドレッシング		
27木	なめし 牛乳			牛乳			米		643 785	
	がんもどきと野菜の煮物		とり肉 がんもどき		にんじん さやいんげん	こんにゃく たまねぎ	じゃがいも 砂糖	油		
	厚焼き卵		卵			キャベツ もやし	砂糖 でんぷん	ごま		
キャベツのごま酢あえ							砂糖			
28金	チキンライス 牛乳	スプーン	とり肉	牛乳	トマトジュース にんじん	たまねぎ マッシュルーム	米	バター 油	712 789	
	コンソメスープ	スプーン	ベーコン		にんじん チンゲンサイ	だいこん とうもろこし		油		
	あじフリッター	小2こ中3こ	あじ おきあみ	青のり			小麦粉 でんぷん 砂糖	油		
	もものタルト(小)	直送	豆乳			もも	砂糖 米粉	油		
一口りんごゼリー(中)						りんご	砂糖			

※献立、材料は都合により変更することがあります。

ご入学・ご進級おめでとうございます

桜の花の便りとともに、新しい学年がスタートしました。新しい生活に期待とやる気が満ちていることと思います。その反面、環境が変わるこの季節は、緊張や不安から体調をくずしやすくなります。睡眠をしっかりとり、朝ごはんを食べて登校するようにしましょう。

給食が学校生活の楽しみの一つとなるように、また、みなさんの心と体の成長の手助けになるように、おいしくて栄養バランスのよい給食作りに取り組んでいきます。



季節の食べ物を食べよう

●甘夏

春に旬をむかえる甘夏は、田原市でもたくさん作られています。

甘夏には、ビタミンCやすっぱい味の成分のクエン酸が多く含まれていて、かぜの予防や、体の疲れやだるさをとってくれる働きがあります。また、ペクチン(食物繊維)には整腸作用があり、便秘を予防します。体調をくずしやすいこの時期には、ぜひ食べてほしい果物です。

14日(金)に田原産の甘夏がつきます。



田原市は農業王国 4月に使う田原産の野菜・果物

作ったところがわかると安心だね



給食の情報は田原市HPで検索
献立一覧表、給食だより、給食レシピなど
掲載しています。



給食センター



かみかみ献立

かみかみ献立
かみかみ献立
かみかみ献立