

# 令和6年4月分 学校給食献立一覧表

日 曜	献立名	お知らせ	おもに体をつくるものとなる		おもに体の調子を整えるものとなる		おもにエネルギーのもととなる		エネルギー (kcal) 上段:小学校 下段:中学校	
			1群 魚・肉・卵・大豆・大豆製品	2群 牛乳・乳製品・小魚・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・きのこ類・果物	5群 穀類・いも類・砂糖	6群 油脂・種実類		
8 月	<入学・進級祝い給食>									
	赤飯 牛乳			牛乳				米 あずき	ごま	612
	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 小麦粉 米粉 でんぷん	油	757
	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		
お祝いゼリー (中)	直送	豆乳			いちご		砂糖			
9 火	ごはん 牛乳			牛乳				米		
	高野豆腐の卵とじ		ぶた肉 高野豆腐 卵		にんじん みつば	たまねぎ しめじ		砂糖	油	681
	みそだれハンバーグ		とり肉 ぶた肉 大豆 みそ			たまねぎ		砂糖 でんぷん	油	829
	キャベツのゆかりあえ				ゆかりこ	キャベツ もやし うめ				
10 水	ごはん 牛乳			牛乳				米		
	中華スープ		ハム	わかめ	にんじん チンゲンサイ	もやし しいたけ			油 ごま油	600
	愛知の揚げぎょうざ	小2こ 中3こ	ぶた肉		にんじん	たまねぎ れんこん		でんぷん 砂糖 小麦粉	油	757
	ビーフン炒め		ぶた肉		にんじん	キャベツ たまねぎ たけのこ しょうが		ビーフン	油 ごま油	
11 木	ごはん 牛乳			牛乳				米		
	青のりのみそ汁		豆腐 みそ	青のり		だいこん しめじ				602
	いわしの有馬煮		いわし			さんしょう		砂糖		735
ごまあえ		油あげ		にんじん チンゲンサイ	キャベツ もやし		砂糖	ごま		
12 金	ジンジャーポークサンド	パンにジンジャーポークを はさんで食べましょう	ぶた肉	牛乳		エリンギ しょうが		サンドイッチロールパン じゃがいも 砂糖 でんぷん	油	664
	白いんげんのポタージュスープ	スプーン	ベーコン みそ	ポタージュスープの薬 ホワイトルウ 牛乳	にんじん パセリ	たまねぎ		白いんげん豆	バター	774
	甘夏	ビニール手袋				甘夏				
15 月	ごはん 牛乳			牛乳				米		
	ふ玉汁		豆腐 かまぼこ	わかめ	にんじん ねぎ			白玉ふ		624
	いかフライ		いか					パン粉 小麦粉	油	755
	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	
16 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 しょうが		米 じゃがいも	油 カレールウ	645
	大豆サラダ		ハム 大豆			とうもろこし キャベツ			マヨネーズ	821
小魚 (中)			こざかな				砂糖			
17 水	ごはん 牛乳			牛乳				米		
	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				653
	揚げ鶏のてりごろうも		とり肉					でんぷん 砂糖	油	809
	きゅうりの塩昆布あえ			塩こんぶ		きゅうり キャベツ とうもろこし			ごま油	
18 木	ミルクロールパン 牛乳			牛乳				ミルクロールパン		
	コンソメスープ		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	681
	和風スパゲッティ	きざみのりをかけて食べま しょう	ツナ	のり	みずな 青じそ	たまねぎ にんにく エリンギ		スパゲッティ	オリーブ油	802
	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		
19 金	ごはん 牛乳			牛乳				米		
	いりどり		とり肉 ちくわ		にんじん さやいんげん	こんにゃく ごぼう しいたけ たけのこ		砂糖	油	645
	さばのみそ煮		さば みそ					砂糖		785
キャベツのごま酢あえ					キャベツ もやし		砂糖	ごま		
22 月	ごはん 牛乳			牛乳				米		
	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	725
	ショーロンポー	小2こ 中3こ	ぶた肉			キャベツ たまねぎ たけのこ しいたけ しょうが		はるさめ でんぷん 砂糖 小麦粉		896
	そえ野菜				チンゲンサイ	もやし				
	お祝いゼリー (小)	直送	豆乳			いちご		砂糖		
一口りんごゼリー (中)					りんご		砂糖			
23 火	ごはん 牛乳			牛乳				米		
	白みそ汁		豆腐 油あげ みそ	わかめ	ねぎ	だいこん		じゃがいも		649
	コロッケ					たまねぎ		じゃがいも 小麦粉 砂糖 パン粉 米粉	油	784
	もずくサラダ			もずく		もやし キャベツ きゅうり			塩ドレッシング	
24 水	ごはん 牛乳			牛乳				米		
	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				610
	厚焼き卵		卵					砂糖 でんぷん		746
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		
25 木	ピラフ 牛乳	スプーン	とり肉 大豆	牛乳	にんじん	たまねぎ グリンピース マッシュルーム		米	油 バター	660
	ポトフ	スプーン	ウインナー		にんじん	だいこん キャベツ		じゃがいも	油	804
	あじフライ		あじ					小麦粉 パン粉	油	
26 金	なめし 牛乳			牛乳	だいこんのは			米		
	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	608
	鶏つくね	小中2こ	とり肉 大豆			たまねぎ		でんぷん パン粉 砂糖		724
	大根サラダ			わかめ	みずな	だいこん とうもろこし			和風ドレッシング	
30 火	ごはん 牛乳			牛乳				米		
	生揚げの五目煮		ぶた肉 生あげ ちくわ		にんじん さやいんげん	こんにゃく たけのこ しいたけ		砂糖	油	683
	キャベツ入りミンチカツ		ぶた肉 とり肉			キャベツ		パン粉 小麦粉	油	863
わかめの酢の物			わかめ		だいこん もやし		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

甘夏は、春に旬をむかえる果物で、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はたらきがあります。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。

12日（金）に田原産の甘夏がつきます。



作ったところがわかると安心だね  
4月に使う  
田原の野菜



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。



かみかみ献立

かみかみ献立  
かみかみ献立のある食材を使用した献立です。