



令和3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	おもにからだをつくるものになる		おもにからだのちょうしをととのえる		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 (特定原材料及びそれに準ずる28品目)	中学年量を掲載	
		1ぐん	2ぐん	3ぐん	4ぐん	5ぐん	6ぐん		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
9 金	りんごパン				りんご			小麦 乳 大豆 りんご	701	25.1
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳		
	コーンポタージュ	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	大豆 豚肉		
	ハンバーグのデミグラスソース	ぶたにく・とりにく			たまねぎ		でんぷん・さとう	あぶら		
12 月	ごはん					【こめ】			668	25.7
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳		
	ワンタンスープ	【ぶたにく】		にんじん・にら	はくさい・ほししいたけ	ワンタン	あぶら	豚肉 小麦 鶏肉 大豆		
	☆とりにくのからあげ	とりにく			にんにく・しょうが	でんぷん	あぶら	鶏肉 大豆 小麦		
13 火	ごはん					【こめ】			635	24.5
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳		
	ちゃんむしスープ	とりにく・【たまご】 かまぼこ		にんじん・【みつば】	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		
	☆ミンチカツ	ぎゅうにく			たまねぎ	さとう・でんぷん こむぎこ・パンこ	あぶら	牛肉 大豆 小麦		
14 水	むぎごはん					【こめ】・おおむぎ			664	19.2
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳		
	あいびきにくのカレー	あいびきにく (ぎゅうにく・ぶたにく)		にんじん	たまねぎ・グリーンピース	じゃがいも	カレールウ あぶら	牛肉 豚肉 小麦 大豆 りんご バナナ		
	フルーツのいちごパフロア		ぎゅうにゅう		もも・パイン・ナタデココ	いちごゼリー		乳 もも		
15 木	ごはん					【こめ】			648	25.5
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳		
	ぎゅうどん	【ぎゅうにく】・かまぼこ		にんじん	しめじたけ・しらたき たまねぎ・ねぎ	さとう	あぶら	牛肉 大豆 小麦		
	とうふのごまみそだれ	とうにゅう・あかみそ				でんぷん・さとう	ごま・あぶら	大豆 ごま 小麦		
16 金	ごはん					【こめ】			650	24.8
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳		
	ぶたじる	【ぶたにく】・あかみそ 【とうふ】・あぶらあげ		にんじん	ごぼう・だいこん・ねぎ	さといも	あぶら	豚肉 大豆		
	☆しろみざかなのくろずだれ	ほき				こむぎこ・でんぷん さとう	あぶら	小麦 大豆		
19 月	ごはん					【こめ】			674	29.6
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳		
	けんちんじる	【ぶたにく】・【とうふ】		にんじん	こんにゃく・だいこん・ごぼう ねぎ		ごまあぶら あぶら	豚肉 大豆 ごま 小麦		
	てりどり	とりにく			しょうが	さとう	あぶら	鶏肉 大豆 小麦		
ココアパウダー						ココアパウダー	大豆			
20 火	ちゅうかめん					【ちゅうかめん】		小麦	669	28.7
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳		
	しょうゆラーメン	【ぶたにく】・【やきぶた】		にんじん	もやし・ねぎ・とうもろこし		あぶら	豚肉 小麦 大豆 鶏肉 ゼラチン		
	やきギョーザ	ぶたにく・とりにく			キャベツ・たまねぎ・しょうが にんにく	でんぷん・さとう こむぎこ	あぶら	豚肉 鶏肉 大豆 小麦		
21 水	こめこパン					【こめこパン】		小麦 乳 大豆	717	30.2
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳		
	ビーフシチュー	【ぎゅうにく】 とうにゅう		にんじん	たまねぎ・グリーンピース マッシュルーム	じゃがいも	ハヤシルウ あぶら	牛肉 小麦 大豆 豚肉 りんご 鶏肉		
	やきフランクフルト	ぶたにく				さとう	あぶら	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	小麦 大豆 りんご 鶏肉 豚肉		



- ・* _____ するしのチョコクレープ、カットパン、のからぶくろはぎょうしゃがかいしゅうします。
- ・サラダは、なまやさいではなく、すべてゆでてしゅうします。
- ・【 】のしょくひんはあいちけんさんのものをしゅうしています。(てんこうなどにより、さんちがかわることがあります。)
- ・こんだてめいに () できさいされているちょうみりょうは、こぶくろタイプです。
- ・◎するしはセンターでドレッシングなどであえてあります。
- ・☆するしはセンターであげてちょうりしてあります。
- ・15日、19日、23日、26日、28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。

★学校給食献立予定表について★

- ①メニュー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。
- ②メニューごとに28品目についてのアレルギー表示を記載しています。
- 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)を記載しています。
- ④調理場で和える副食や揚げる副食について、特定の印で記載しています。(上記参照)
- ⑤愛知県で作られた食材について、【 】で記載しています。



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。




令和3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	おもにからだをつくるものになる		おもにからだのちょうしをととのえる		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 (特定原材料及びそれに準ずる28品目)	中学年量を掲載		
		1ぐん	2ぐん	3ぐん	4ぐん	5ぐん	6ぐん		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	
22 木	わかめごはん		わかめ						乳 豚肉 えび いか 卵 鶏肉 大豆 小麦	692	31.7
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】								
	はっぼうたん	【ぶたにく】・えび いか・【うすらたまご】		にんじん	はくさい・ねぎ・ほししいたけ	でんぷん	あぶら				
	☆とりにくのマリアナソース	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			
23 金	ごはん								乳 豚肉 大豆 大豆 小麦 大豆	677	24.9
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】								
	ごじる	【ぶたにく】・だいすペースト 【とうふ】・ミックスマソ		にんじん	だいこん・ねぎ・しょうが	さといも	あぶら				
	ひじきのいために	まぐろフレーク	ひじき	にんじん	とうもろこし	さとう	あぶら				
	*チョコクレープ					チョコクレープ					
26 月	ごはん								乳 大豆 小麦 鶏肉 豚肉 もも 豚肉	561	19.1
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】								
	わかめじる	かまぼこ・【とうふ】 あぶらあげ	わかめ	にんじん	えのきだけ・はくさい ねぎ・ほししいたけ						
	キャベツいりつくね	とりにく・ぶたにく かつおぶし			キャベツ・しょうが	でんぷん・さとう	あぶら				
	(おこのみソース)										
27 火	ソフトめん						ソフトめん	小麦	乳 豚肉 小麦 大豆 大豆 小麦 こま	784	35.3
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】								
	カレーソフトめん	【ぶたにく】・かまぼこ		にんじん	たまねぎ・もやし・ねぎ		カレールウ あぶら				
	☆だいすとこざかなのあげ	【だいす】	かたくちいわし			でんぷん・さとう	あぶら・こま				
28 水	ごはん								乳 牛肉 豚肉 大豆 小麦 鶏肉 豚肉	666	26.4
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】								
	にくじゃが	【ぎゅうにく】 【ぶたにく】		にんじん・さやいんげん	こんにやく・たまねぎ	じゃがいも・さとう	あぶら				
	ポロニアステーキ	とりにく・ぶたにく				さとう・でんぷん	あぶら				
かつおぶりかけ	かつおぶし	のり			でんぷん・さとう						
30 金	ごはん								乳 豚肉 大豆 小麦 こま さば 大豆 小麦	702	22.8
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】								
	マーボーはるさめ	【ぶたにく】・あかみそ		にんじん	たまねぎ・ねぎ・しょうが にんにく	はるさめ・さとう でんぷん	ごまあぶら あぶら				
	☆さばナゲット・2こ	さばすりみ・たらすりみ みそ			たまねぎ・キャベツ	さとう・でんぷん こむぎこ	あぶら				
	*カットパン				カットパン						

- ・* しるしのチョコクレープ、カットパン、のからぶくろはぎょうしゃがはいしゅうします。
- ・サラダは、なまやさいではなく、すべてゆでてしゅうします。
- ・【 】のしょくひんはあいちけんさんのものをしゅうしています。(てんこうなどにより、さんちがかわることがあります。)
- ・こんだてめいに () できさいされているちょうみりょうは、こぶくろタイプです。
- ・◎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。
- ・15日、19日、23日、26日、28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。

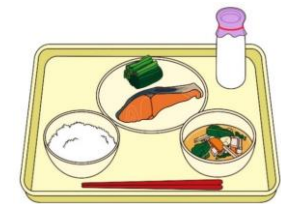


学校給食の7つの目標

えいようのバランスがとれたしょくじでけんこうに。

けんこうでのぞましいしょくせいかつをおくるためのちからをやしなう。

きょうりよくしながら、たのしくしょくじをするせいしんをやしなう。



いのちをいただいていることをいしきし、かんしゃするところをもつ。

はたらくことをたいせつにおもいうたいをやしなう。

いろいろなちいきのたべものあじやれきしをしる。

たべものがつくられ、わたしたちのもとにどのようにとどくのかをしる。



給食当番の身支度チェック

- ①髪は全部帽子に入れましょう
- ②マスクはきちんとつけましょう
- ③つめは短く切っておきましょう
- ④手は石けんできれいに洗いましょう
- ⑤清潔な白衣を身につけましょう

学校給食は 生きた教材です



学校給食は、食に関する知識や実践力を身につけるために、大切な教材となります。