



# 令和5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)	中学年量と換算 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			
11 火	りんごパン				りんご	パン		小麦 乳 大豆 りんご	632	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう にゅうせいひん *こざかな・かいそう					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		
	はるキャベツのスープ	ベーコン		にんじん・パセリ	【キャベツ】・たまねぎ とうもろこし	じゃがいも	あぶら	豚肉 大豆 牛肉 小麦		
12 水	ごはん					【こめ】			595	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					乳		
	☆あじフリッター・2こ	あじ	おきあみ あおさ			こむぎこ・でんぷん さとう・こめこ	あぶら	大豆 小麦		
	とうにゅうみそしる	【ぶたにく】・【とうふ】 しるみそ・とうにゅう		にんじん・はねぎ	はくさい・だいこん		あぶら	豚肉 大豆 小麦		
13 木	ごはん					【こめ】			654	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					乳		
	ポークカレー	【ぶたにく】		にんじん・【トマト】	たまねぎ・グリーンピース	じゃがいも カレーウ	あぶら	豚肉 小麦 大豆 りんご バナナ		
	みかんゼリーあえ				ナタデココ・パインアップル もも	みかんゼリー		もも		
14 金	せきはん					【こめ】・あずき 【もちこめ】			684	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					乳		
	ハンバーグのおろしだれ	とりにく・ぶたにく			たまねぎ・だいこん	でんぷん・さとう じゃがいも	ラード あぶら	鶏肉 豚肉 大豆 小麦		
	さくらのすましじる	かまぼこ・【とうふ】		にんじん・【みつば】	はくさい・えのきたけ ほししいたけ			大豆 小麦		
17 月	ごはん					【こめ】			596	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					乳		
	さわらのてりやき	さわら				さとう・でんぷん	あぶら	大豆 小麦		
	◎いんげんのごまあえ			さやいんげん		さとう	ごま	大豆 小麦 ごま		
18 火	ごはん					【こめ】			613	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					乳		
	やきにくとんのぐ	【ぶたにく】		にんじん・ピーマン あかパプリカ	たまねぎ・エリンギ・にんにく	さとう・でんぷん	あぶら	豚肉 大豆 小麦 りんご ごま		
	はるさめスープ	ベーコン		にんじん・チンゲンサイ	はくさい・ほししいたけ	はるさめ	あぶら	豚肉 大豆 鶏肉 小麦		
19 水	わかめごはん		わかめ			【こめ】			615	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					乳		
	☆ソースカツ	ぶたにく・だいすこ				こむぎこ・でんぷん さとう	あぶら	豚肉 小麦 大豆 りんご		
	ちゃんむしスープ	とりにく・【たまご】 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	鶏肉 卵 小麦 大豆		

○ \* \_\_\_\_\_ するしのパインアップルのからぶくろ、おいわいデザートのからようき・スプーン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。】

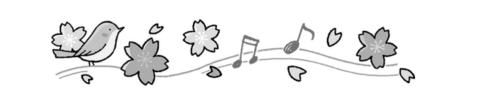
- サラダは、なまやさいではなく、すべてゆでてしようします。
- 【 】のしょくひんはあいちけんさんのものをしようしています。(てんこうなどにより、さんちがかわることがあります。)
- ◎しるしはセンターでドレッシングなどであえてあります。
- ☆しるしはセンターであげてちょうりしてあります。
- 14日、17日、18日のおかずには、調味料に乳・卵・小麦・えび・かにを含むことがあります。食材にはこれらのアレルギーとそば・落花生を含んでいません。

4月9日(日)は愛知県議会議員一般選挙、  
4月23日(日)は一宮市議会議員一般選挙  
の投票日です。  
必ず投票に出かけましょう！  
一宮市明るい選挙推進協議会

## ★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、新学期がスタートします。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。よろしくお祈りします。



### ★学校給食献立予定表について★

- ①今年度より、献立表を教材として活用できるよう、献立名の記載の順番を変更し、主食・牛乳・主菜・副菜・汁物・添加物の順にしています。
- ②料理ごとに、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。
- ③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ています。
- ④1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。今年度より、エネルギーとたんぱく質を上下で記載しています。
- ⑤一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」「正しいはじつかいの日」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ています。

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！



# 令和5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)	中学生を掲載 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		
20木	ソフトめん					ソフトめん		小麦	754
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう にゅうせいひん *こざかな・かいそう					乳	
	ソフトめんミートソース(しる)	ぎゅうにく・【ふたにく】 【だいず】		にんじん・トマト	たまねぎ・グリーンピース にんにく	ハヤシルウ・さとう	あぶら	牛肉・豚肉・大豆・小麦 りんご	
	ポロニアステーキ	とりにく・ふたにく				でんぷん・さとう	ラード あぶら	鶏肉 豚肉	
	◎アスパラガスとツナのサラダ	まぐろフレーク		アスパラガス			ドレッシング	大豆	
21金	ごはん	【だいず】				【こめ】			618
	ぎゅうにゅう	【だいず】						乳	
	きぬあつあけのあまみそがけ	だいず・あかみそ				でんぷん・さとう	あぶら	大豆 小麦	
	とりだんごじる	とりだんご		にんじん	はくさい・ねぎ・えのきたけ しらたき			鶏肉 大豆 小麦	
24月	ごはん	【だいず】				【こめ】			618
	ぎゅうにゅう	【だいず】						乳	
	さばのしおやき	さば					あぶら	さば	
	◎こがねあえ	ほねに きをつけてね		【ほうれんそう】	とうもろこし	さとう		大豆 小麦	
25火	ごはん	【だいず】				【こめ】			610
	ぎゅうにゅう	【だいず】						乳	
	しんじゃがのそぼろに	【とりにく】		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	鶏肉 大豆 小麦	
	しらすいりあつやきたまご	たまご	しらす	こまつな		でんぷん・さとう	あぶら	卵 小麦 大豆	
26水	ごはん	【だいず】				【こめ】			766
	ぎゅうにゅう	【だいず】						乳	
	★とりにくのリアナソースがけ	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	
	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	
27木	ごはん	【だいず】				【こめ】			696
	ぎゅうにゅう	【だいず】						乳	
	★ポテトコロッケ	ふたにく・ぎゅうにく		にんじん・パセリ	たまねぎ	じゃがいも・パンこ さとう・こむぎこ	あぶら	豚肉 牛肉 小麦 大豆	
	ごじる	【ふたにく】・だいず 【とうふ】・ミックスみそ		にんじん・はねぎ	だいこん・しょうが		あぶら	豚肉 大豆	
28金	ごはん	【だいず】				【こめ】			646
	ぎゅうにゅう	【だいず】						乳	
	しょうゆラーメン(しる)	【ふたにく】・なると		にんじん・にら	はくさい・もやし		あぶら	豚肉 小麦 大豆 鶏肉 ゼラチン	
	★あげぎョーザ・2こ	とりにく・だいずこ			キャベツ・たまねぎ・にんにく しょうが	でんぷん・さとう こむぎこ	ラード こまあぶら あぶら	豚肉 鶏肉 大豆 小麦 ごま	

○ サラダは、なまやさいではなく、すべてゆでてしよします。

【\*こざかな：ほねごとたべるこざかなをさします。】

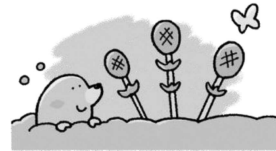
○ 【 】 のしょくひんはあいちけんさんのものをしよしています。(てんこうなどにより、さんちがかわることがあります。)

○ ◎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けてちよりにしてあります。

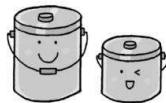
○ 21日、24日のおかずには、調味料に乳・卵・小麦・えび・かにをを含むことがあります、  
食材にはこれらのアレルギーとそば・落花生を含んでいません。

一宮市では、学校給食課のウェブ  
ページに好評献立のレシピを掲載し  
ています。  
ご家庭でも給食の味を再現してみ  
てください。



## 給食当番の身支度・準備 6つのポイント

食べ物を扱うという自覚を持って衛生面に気をつけましょう。



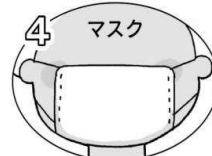
1 つめ  
つめが伸びている人は短く切っておきましょう。



2 白衣・エプロン  
清潔な白衣やエプロンをきちんと身につけましょう。



3 帽子  
髪の毛が出ないように帽子をかぶりましょう。



4 マスク  
マスクは口と鼻が隠れるようにつけましょう。



5 ハンカチ  
給食用の清潔なハンカチを用意しましょう。



6 手洗い。  
石けんを使って十分な手洗いをしましょう。