



平成30年 4月分 中学校給食献立予定表

一宮市教育委員会学校給食課
一宮市立〇〇中学校

日 曜	献立名	主に体の組織を作る食品		主に体の機能を調節する食品		主に体の熱源となる食品		アレルギー義務表示								
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	卵	乳	小麦	えび	かに	そば	落花生		
		魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜 果物	米・パン・めん いも・砂糖	油脂 種実									
19 木	ご飯					米										
	二色丼の具（鶏肉） （卵）	鶏肉				砂糖	油									
	牛乳		牛乳													
	新たまねぎのみそ汁	油揚げ・みそ	わかめ	にんじん	たまねぎ・ねぎ	じゃがいも										
	ごま和え			ほうれんそう	キャベツ	砂糖	ごま									
	ご飯					米										
20 金	牛乳		牛乳													
	肉じゃが	豚肉・ちくわ		にんじん・ さやいんげん	たまねぎ	じゃがいも・砂糖・ こんにゃく	油									
	いわしの梅煮	いわし		梅干し		砂糖・でん粉										
	こんぶ和え		こんぶ	こまつな	もやし											
	ご飯					米										
23 月	牛乳		牛乳													
	豚汁	豚肉・とうふ・みそ			しめじ・ごぼう・ねぎ	こんにゃく・さといも										
	さわらの香味だれ	さわら				砂糖	油・ごま油・ ごま									
	即席漬			にんじん	たくあん・きゅうり											
	ご飯					米										
24 火	牛乳		牛乳													
	コンソメスープ	ウインナー		にんじん・ フロコリー	エリンギ	じゃがいも										
	春野菜サラダ	ツナ		アスパラガス	きゅうり・キャベツ		ノンエッグマヨ ネーズ									
	チキンライス（麦ご飯）	鶏肉			たまねぎ・とうもろこし・ グリーンピース・トマト	米・大麦	油									
25 水	中華めん					中華めん										小麦
	とんこつラーメン	豚肉・えび・いか・ なると		にんじん	はくさい・もやし・ねぎ・ にんにく											えび
	牛乳		牛乳													乳
	揚げぎょうざ・3個	豚肉		にら	キャベツ・たまねぎ・ にんにく	パン粉・でん粉・ 砂糖・小麦粉	ラード・油									小麦
	ナムル			チンゲンサイ	キャベツ	砂糖	ごま油									
26 木	ご飯					米										
	牛乳		牛乳													乳
	ゆばのすまし汁	ゆば・かまぼこ・ とうふ		みつば	えのきたけ											
	白身魚の天ぷら・3個	ホキ	オキアミ・ アオサ			小麦粉・でん粉・砂 糖・米粉	油									小麦
	新たけのこのきんぴら	豚肉		にんじん・ さやいんげん	たけのこ	砂糖	油									
27 金	ごはん					米										
	牛乳		牛乳													乳
	けんちん汁	鶏肉・生揚げ		にんじん	だいこん・ねぎ	さといも・こんにゃく										
	照り焼きハンバーグ	鶏肉・豚肉			たまねぎ	じゃがいも・砂糖・ でん粉	ラード・油									
	こがね和え			こまつな	はくさい・とうもろこし	砂糖										

お知らせ

- ① 一宮市の給食では「そば・落花生」を使用していません。
- ② 9日・11日・20日・23日・24日・27日のおかずの原料には、「乳・卵・小麦・えび・かに」を含んでいません。ただし、調味料に含まれる場合があります。
- ③ アレルギー表示について、しょうゆ等の調味料に、微量に含まれるアレルゲンについては明記していません。詳しくは栄養教諭・学校栄養職員にお問い合わせください。

給食の身じたくをととのえよう

衛生的な配ぜんができるように、給食当番の身じたくを確認しましょう。

- ① 帽子から髪の毛が出ないようにする。
- ② マスクは鼻と口が出ないようにする。
- ③ つめは短く切っておく。
- ④ 手は石けんを使って洗う。
- ⑤ 清潔な白衣や帽子を着用する。
- ⑥ ボタンをきちんととめる。



朝ごはんを食べて登校しましょう

毎朝、朝ごはんを食べていますか？ 朝ごはんを食べると、体温が上がって体が目覚めたり、脳が活発に働いたり、お腹の調子が良くなったりします。バランスのとれた朝ごはんを食べて登校しましょう。



★給食レシピ公開中★

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。給食の味を家庭でも再現できるように、分量や作り方が分かるようになっています。



QRコードを読み取り