

# 4月 小学校給食献立表



目標  
準備や後片付けをきちんとしよう

大府市教育委員会


日 曜	献立名	体を作る		体の調子を整える		エネルギーになる		エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	
9 火	ごはん 牛乳		牛乳			米		626
	マーボー豆腐	豚肉 鶏レバー 豆腐 みそ		にんじん ねぎ	玉ねぎ ねぎ しょうが	砂糖 でんぷん		
	はるさめとひじきのちゅうかあえ	ツナ	ひじき	にんじん	キャベツ コーン	はるさめ 砂糖	ごま油	
	しんきゅうおいおいデザート	豆乳			いちご	砂糖 水あめ		
10 水	ごはん 牛乳		牛乳			米		585
	けんちんしのだのわふうだれかけ	豆腐 油揚げ たらすり身	ひじき	にんじん		砂糖 でんぷん	油	
	あおなのおかかあえ	かつおぶし		こまつな	コーン	砂糖		
	わかたけじる	鶏肉 豆腐	わかめ	にんじん みつば	たけのこ			
11 木	ごはん 牛乳		牛乳			米		617
	さばのぎんがみやき	さば みそ				砂糖 米粉		
	じゃがいものうまに	豚肉 はんぺん		にんじん さやいんげん	玉ねぎ こんにゃく	じゃがいも 砂糖		
	やさいのこんぶあえ		塩こんぶ	にんじん	はくさい			
12 金	クロスロールパン 牛乳		牛乳			パン		609
	とりにくのバーベキューソースかけ	鶏肉			レモン果汁 にんにく りんご	砂糖 でんぷん		
	まめまめサラダ (ごまドレッシング)	大豆 赤いんげん豆 青いんげん豆 ひよこ豆 ツナ		にんじん	キャベツ		ごまドレッシング	
	とうにゅういりコーンポタージュ	ベーコン 豆乳		にんじん パセリ	玉ねぎ コーン	じゃがいも でんぷん		
15 月	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		610
	ピビンバ(にくたまごそぼろ) (やさいナムル)	豚肉 鶏レバー 卵			にんにく	砂糖	米油	
	(たれ)	みそ		こまつな	もやし	砂糖	ごま油	
	ビーフスープ	鶏肉		にんじん いら	玉ねぎ はくさい 干しいたけ	砂糖	ごま油	
	ヨーグルト		ヨーグルト					
16 火	ごはん 牛乳		牛乳			米		580
	きびなごのかりかりフライ(2び)		きびなご			じゃがいも でんぷん 米粉パン粉 玄米粉	米油 油	
	ほうれんそうのおひたし	ちくわ		ほうれんそう	もやし	砂糖		
	けんちんじる	鶏肉 油揚げ 豆腐		にんじん ねぎ	だいこん ごぼう ねぎ	さといも		
17 水	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		648
	やきウインナー (1・2ねん1ぼん、3ねん～2ぼん)	ウインナー						
	カレー	豚肉	牛乳	にんじん	玉ねぎ	じゃがいも		
	ツナサラダ (わふうドレッシング)	ツナ			キャベツ きゅうり コーン		ドレッシング	
18 木	ごはん 牛乳		牛乳			米		579
	ハンバーグのおろしソースかけ	鶏肉 豚肉			だいこん 玉ねぎ	砂糖 でんぷん		
	キャベツのゆかりあえ			赤じそ	キャベツ			
	たまねぎとじゃがいものみそじる	豚肉 油揚げ 豆腐 みそ	わかめ	ねぎ	玉ねぎ ねぎ えのきたけ	じゃがいも		
19 金	ふきいりごもくごはん (アルファかまい) 牛乳	鶏肉 油揚げ	牛乳	にんじん	ふき 干しいたけ	アルファ化米 アルファ化もち米		591
	いわしのうめに	いわし		赤じそ	梅肉	砂糖 でんぷん		
	きゅうりとたくあんのあえもの				きゅうり 大根漬			
	とうふとゆばのすましじる	豆腐 湯葉		にんじん ねぎ	だいこん 玉ねぎ えのきたけ ねぎ			

おぶちゃんマーク  19日(金) ふきいりごもくごはん (郷土料理)


＜今月の愛知県産の野菜・くだもの＞  
 じゃがいも キャベツ きゅうり こまつな  
 だいこん 玉ねぎ チンゲンサイ ねぎ  
 にんじん はくさい ふき みつば  
 ほうれんそう れんこん

大府市のホームページでは【学校給食でお勧めレシピ】として栄養教諭や給食調理員がお勧めするレシピを掲載しています。是非、ご覧いただき、家庭でもお試しください。

ただいま、レシピをリニューアル中です。今までの【学校給食でお勧めレシピ】はQRコードからご覧いただくことができます。適塩などの観点から、調味料の分量や食材の見直しをしているレシピへは新QRコードから、ぜひご覧ください！



しん 新



きゅう 旧

うらへつづきます

# 4月 小学校給食献立表



目標  
準備や後片付けをきちんとしよう

大府市教育委員会

日 曜	献立名	体を作る		体の調子を整える		エネルギーになる		エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	
22 月	ごはん 牛乳		牛乳			米		587
	さわらのしょうゆこうじやき	さわら						
	ごもくきんぴら	鶏肉 はんぺん		にんじん さやいんげん	ごぼう	砂糖	ごま油	
	ごじる	豚肉 大豆 豆腐 豆乳 みそ		にんじん ねぎ	こんにやく だいこん ねぎ			30.7
23 火	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		598
	おやこに	鶏肉 卵 かまぼこ		にんじん ねぎ	玉ねぎ 切り干し大根 干しいたけ ねぎ	砂糖 でんぷん		
	キャベツとなまあげのみそいため	豚肉 生揚げ みそ			キャベツ	砂糖 でんぷん	米油	
	オレンジ				オレンジ			27.7
24 水	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		588
	あいちけんさんしよざいりあげぎょうざ(1・2ねん1こ、3ねん~2こ)	豚肉		にんじん	れんこん 玉ねぎ	でんぷん 砂糖 小麦粉	米油	
	はっぼうさい	豚肉 えび		にんじん チンゲンサイ	玉ねぎ ほうさい たけのこ しょうが 干しいたけ	でんぷん	米油 ごま油	
	キャベツとしらすのちゅうかあえ		しらす干し		キャベツ もやし	砂糖	ごま油	24.5
25 木	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		625
	ハヤシライス	豚肉		にんじん トマト	玉ねぎ エリンギ	じゃがいも 小麦粉 砂糖	豆乳マーガリン	
	カラフルやさいソテー	ウインナー		にんじん アスパラガス	キャベツ コーン		米油	
	とうにゅうデザート	豆乳				砂糖 ココア 水あめ		21.4
26 金	こがたロールパン 牛乳		牛乳			パン		614
	レバーいつくね(1ねん1こ、2ねん~2こ)	鶏肉 鶏レバー			玉ねぎ	でんぷん 砂糖 米粉パン粉	油	
	きりぼしだいこんいりやきそば	豚肉 いか はんぺん かつおぶし	あおのり	にんじん	キャベツ しょうが 切り干し大根	やきそばめん	米油	
	あまなつのいちごゼリーあえ				パン 缶 いちご 甘夏みかん缶 アップルジュース	砂糖		26.6
30 火	ごはん 牛乳		牛乳			米		618
	コロケ			にんじん	れんこん	じゃがいも 小麦粉 パン粉	油 米油	
	ひじきとたけのこのいためもの	ツナ	ひじき	にんじん	たけのこ 枝豆	砂糖	米油	
	かきたまじる	卵 豆腐 かまぼこ		ねぎ	干しいたけ ねぎ 玉ねぎ	でんぷん		22.6

平均値	605
標準値	26.0
平均値	640
標準値	26.5

食塩相当量(g)	
平均値	2.0
標準値	2.0

## 入学・進級おめでとう

うらかな春の日差しのもと、ピカピカの新生活を迎え、新年度が始まりました。ご入学・ご進級おめでとうございます。4月は、新しい生活への期待に胸を膨らませる一方で、環境が変わり、疲れやストレスがたまりやすくなる時期でもあります。夜は早めに寝て、朝食をしっかりと食べてから登校することが大切です。今年度も、安心・安全でおいしい給食を提供できるよう職員一丸となって取り組んでまいります。学校給食へのご理解・ご協力のほど、よろしくお願い致します。

### 給食の決まり・食事のマナーを守りましょう

<p>給食の前、机の上を片付けましょう。</p>	<p>手をきれいに洗いましょう。</p>	<p>給食当番は身支度を整え、健康チェックをしましょう。</p>
<p>協力して準備をしましょう。</p>	<p>全員の給食がそろったら、「いただきます」をしましょう。</p>	<p>姿勢よく、手に持った食器は、手にとって食べましょう。</p>
<p>食べ物は、食べやすい大きさにして、よくかんで食べましょう。</p>	<p>時間内に食べ終わるようにしましょう。</p>	<p>食器は大切に扱きましょう。</p>

## はるやさい た 春野菜を食べよう

春が旬の野菜には、山菜・ふき・たけのこ・さやえんどう・アスパラガスなどがあります。動物や草木は目を覚まして、活動を始めます。独特な苦みや香りのある春野菜を食べて、わたしたちの体もしっかり目覚めさせましょう。

ふき たけのこ アスパラガス さやえんどう

・物資の都合により献立を変更することがありますので、ご了承ください。・献立について不明な点は、各学校までお問い合わせください。