



# 4月学校給食献立表



県内の消費者と生産者が 今まで以上に**いい友関係**になる Eat more Aichi products もっと**愛知県産品**を食べよう

(2019年) この献立表にはすべての材料を記載していません。食物アレルギーの対応は詳細な献立表にて確認してください。小牧市教育委員会

					おもな材料名						
	曜	献 立 名		献 立 夕	おもに体をつくるもとになるもの		おもに体の調子を整えるもとになるもの		おもにエネルギーのも	っとになるもの	
#	唯			1群	2群	3群	4群	5群	6群		
					魚·肉·卵·大豆·大豆製品	牛乳·小魚·海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・きのこ・果物	穀類・いも類・さとう	油脂·種実類	
		由		春キャベツのスープ	鶏肉 ベーコン 鮭	牛乳	にんじん	たまねぎ コーン キャベツ	アルファー化米 さとう	油	
8	月	学   チキンライス   校	午 乳	鮭と枝豆のレモンソース		1 1 1		だいこん えだまめ レモン果汁	いちごのスティックケーキ		
		仪	,,,	お祝いデザート(いちごのスティックケーキ)		1		1			
		ф		いか大根	鶏肉 いか さつまあげ	牛乳 チーズ	にんじん	だいこん こんにゃく ごぼう	米 さとう	油 マヨネーズ	
9	火	中 学 ごはん 校	牛到	ポテトのマヨチーズ焼き	ウインナー	1		 	フライドポテト	ごま油	
		校	ŦL	にんじんとごぼうのきんぴら				 			
				マーボー豆腐	豆腐 豚肉 大豆	牛乳	にんじん	ねぎ たまねぎ きゅうり	米 麦 でんぷん さとう	油ごま	
10	水	麦ごはん	牛	バンバンジーサラダ	ささみ油漬け みそ			しょうが にんにく もやし			
	.,.	22 - 15.11	fl	オレンジ		1		¦ オレンジ			
				のっぺい汁	鶏肉 けんちん信田 ハム	-   牛乳. ひじき	にんじん	こぼう だいこん こんにゃく	米 さといも	<del> </del> ! 油	
11	木	ごはん	牛	けんちん信田の甘みそかけ	みそ		ほうれんそう	コーン ねぎ	でんぷん さとう		
	1	21870	乳	ひじきの和風マリネ	<i>oy.</i> C	!	18 21 670 6 2	1 / 180	Crosito ee j		
				ポークビーンズ	豚肉 大豆	<u> </u>   牛乳	にんじん トマト	たまねぎ キャベツ	パン じゃがいも	<u> </u>  油	
12	<b>~</b>	> 11 & - 11	4		A A A A A A A A A A A A A A A A A A A	T-76		1 / C&142 TYN)	77 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	/m	
	壶	ミルクロールパン	乳	白身魚フリッター	日夕思ノリッター	 	アスパラガス	 			
				野菜ソテー		1 - 101					
15		A	#	ワンタンスープ	ベーコン えび 大豆 	¦牛乳 ヨーグルト ¦	にんじん にら	干ししいたけ はくさい たまねぎ 		油	
	月	ごはん	乳	えびと大豆のチリソース		1		 	でんぷん		
				ヨーグルト		1					
16			4	豚汁	豚肉 豆腐 みそ さわら	牛乳	にんじん こまつな	ごぼう ねぎ こんにゃく	米 さといも さとう	油	
	火	ごはん	十乳	さわらのみぞれソース	炒り卵			だいこん キャベツ	でんぷん	ドレッシング	
				春キャベツと卵のサラダ							
17				カレーライス	豚肉 まぐろ油漬け	牛乳	にんじん	たまねぎ にんにく コーンフライ	米 麦 じゃがいも	油	
	ماد	麦ごはん	#	コーンフライ				キャベツ きゅうり	カレールウ さとう		
	八	友こはん	乳	ツナサラダ		i !			<ul><li>小いちごのスティックケーキ</li></ul>		
				④お祝いデザート(いちごのスティックケーキ)							
				新じゃがいものうま煮	鶏肉 さつまあげ	牛乳	にんじん こまつな	たまねぎ こんにゃく もやし	米 じゃがいも さとう	油 ごま	
18	木	ごはん	牛到	和風ミートボール	和風ミートボール 油揚げ			 			
	'		TL	千草あえ				 			
19				わかめスープ	鶏肉 豆腐 牛肉	牛乳 わかめ	にんじん にら	キャベツ たまねぎ コーン	米 麦 さとう	油 ごま油	
	金	麦ごはん	<b>4</b>	ビビンバ			ほうれんそう	   にんにく 大豆もやし ねぎ			
	312	2 - 13.70	孔	やさいしゅうまい				やさいしゅうまい			
				いか団子汁	鶏肉 いか団子 豆腐	牛乳 わかめ	にんじん	だいこん ねぎ コーン しめじ	*	<del>                                     </del>	
23	В	わかめごはん	牛乳	キャベツ入りメンチカツ	油揚げ ウインナー						
	73	100000000000000000000000000000000000000	乳	ウインナーとコーンのソテー	キャベツ入りメンチカツ	i !		 			
				みそおでん	豚肉 さつまあげ 生揚げ	<b>生</b> 到	にんじん	<u> </u>   だいこん こんにゃく キャベツ	* オトハホ オレう	<u> </u>  油 ごま油 ごま	
	.1.		#	いわしの梅煮	みそ いわしの梅煮	770	ほうれんそう	201270 2701287 4777	水 e2いも e2)	一	
	火	ごはん	牛乳			1	a Jain E J	! !			
				青菜とにんじんとちくわのごま風味	ちくわ ちょ ま***	14-31	I= / 1° /	 	h # 4 / 1	*> -	
				塩ラーメン	豚肉 なると 春巻き	¦牛乳 ¦	にんじん	¦ もやし ねぎ キャベツ ¦	中華めん じゃがいも	油 マヨネーズ 	
	水	中華めん	牛	春巻き			チンゲンサイ	¦ えだまめ コーン ¦			
			乳	ポテトサラダ				, 			
				クラス用マヨネーズ		1		1			
25			и_	かきたま汁	豆腐 鶏肉 かまぼこ 鶏卵	牛乳	にんじん	たまねぎ ねぎ 干ししいたけ	米 でんぷん さとう	油 ごま	
	木	ごはん	午乳	鶏肉のてりかけ	まぐろ油漬け			しょうが ごぼう きゅうり			
				ごぼうサラダ		1		コーン			
26				パンプキンクリームポタージュ	鶏肉	牛乳 チーズ	かぼちゃ にんじん	たまねぎ いちごゼリー	パン 小麦粉 さとう	バター 油	
	金	ツイストロールパン	牛乳	ハンバーグのケチャップソース	ハンバーグ			メロンゼリー パイン りんご			
			7,0	フルーツゼリーミックス		1		1 1 1			
	_		-					•		<b>10</b>	

付記 材料の都合により一部変更する場合があります。

①は小学校 単は中学校

★放送予定日 ◎23日(火)「青菜とにんじんとちくわのごま風味」は30年度 小牧中学校生徒 大西 琉世さんの応募献立を参考にしました。

少13回 給食回数 ⊕15回

※はしは毎日持ってきてください。

※学校給食のごはんは愛知県産米「あいちのかおり」を使用しています。

お子様の食物アレルギーを心配しておられる方で、食材など詳しくお知りになりたい場合は、学校へ気軽にご相談ください。詳しい資料をお渡しするか、ご希望の方には担当栄養士がわかりやすくご説明いたします。



#### にゅう がく しん きゅう FOOCESEE WEED \*\*

学校給食は、すべての児童生徒が心身ともに健やかに育つように 願いをこめて実施されています。

・米飯…原則として月・火・木曜日 ごはん、麦ごはん、わかめごはん、赤飯など があります。

パン…金曜日

ミルクロールパン、クロスロールパン、 米粉入りパンなどがあります。

・めん…水曜日 ソフトめん、白宝うどん、中華めんなどが あります。



・ 煮物、汁物、和え物、揚げ物、焼き物、蒸し物など をとりいれながら、栄養のバランスを考えた 献立になっています。

#### 「牛乳」

• 1 本 200ml の普通牛乳が毎日つきます。 ※乳アレルギーなどの児童生徒には、ご希望により 豆乳を提供しています。

プラグラグ では、1日に必要な栄養量の約3分の1をとるようにしています。また、家庭で 不足しがちなカルシウムは、1日の必要量の約半分がとれるようになっています。

# ~朝食に野菜も食べよう!~

4/23(火)の献立です!

### 公野京を使うを朝食おすすめいるとか 青菜とにんじんとちくわのごま風味

**〈材料〉**(4人分)

にんじん ・・・・・・・1/2本 ちくわ ・・・・・・2本 いりごま・・・・・・・小さじ2 しょうゆ・・・・・・小さじ2

ほうれんそう・・・・・・・4株 ①ほうれんそうは下ゆでし、4~5cmの長さに 切る。

> ②にんじんはせん切り、ちくわは厚さ3mmの 輪切りにする。

> ③フライパンにごま油を熱し、にんじんを炒める。

④ちくわとほうれんそうを加え、しょうゆで 調味し、いりごまをふりかける。 ごま油・・・・・・・小さじ2

★今年度の給食だよりのテーマは、「野菜を食べよう!」です。 毎月、旬の野菜を紹介し、その野菜を使った献立が給食に登場しますのでお楽しみに!

## 毎月19日は「食育の日~おうちでごはんの日~」です。

「食育」とは、食べ物に興味をもち、食について学ぶことです。この首は、「家族と いっしょに家でごはんを食べましょう」との願いからつくられました。

小牧市のホームページに学校給食のコーナーがあります。