

(2024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

日 曜	献 立 名	お も な 材 料 名							
		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とになるもの			
		1群 魚・肉・卵・大豆・大豆製品	2群 牛乳・小魚・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・きのこ・果物	5群 穀類・いも類・さとう	6群 油脂・種実類		
3	月	ごはん 牛乳				米			
		みそちゃんこ汁	鶏団子 豆腐 みそ	牛乳	にんじん にら	たまねぎ だいこん えのきたけ		油	
		コロッケ	豚肉 牛肉		にんじん パセリ	たまねぎ	じゃがいも パン粉 さとう 小麦粉	油	
		豚肉といんげんのオイスターソースいため	豚肉		にんじん さやいんげん	しょうが	さとう	油	
4	火	麦ごはん 牛乳				米 麦			
		★豚ごぼう丼	豚肉 生揚げ		にんじん	こんにゃく ねぎ ごぼう たまねぎ	さとう	油	
		さけの銀紙焼き	さけ			だいこん	さとう でんぶん		
		切干しだいこんサラダ	ささみ油漬け	にんじん		切り干しだいこん きゅうり	さとう	マヨネーズ風調味料 こま	
5	水	中華めん 牛乳				中華めん			
		塩ラーメン	豚肉 なた	牛乳	にんじん	もやし ねぎ たまねぎ		油	
		★たこのから揚げ	たこ				米粉 でんぶん	油	
		杏仁豆腐				パイン	杏仁豆腐 ぶどうゼリー いちごゼリー		
6	木	ごはん 牛乳				米			
		★筑前煮	鶏肉 さつま揚げ	牛乳	にんじん さやいんげん	たけのこ こんにゃく 干ししいたけ	じゃがいも さとう	油	
		さばの塩焼き	さば						
		3色いため		こまつな にんじん	コーン	さとう	油		
7	金	ロールパン 牛乳				パン			
		オニオンスープ	ベーコン	牛乳	にんじん	たまねぎ しめじ コーン		油	
		かぼちゃひき肉フライ	豚肉		にんじん	かぼちゃ	さとう パン粉 小麦粉	油	
		★海藻サラダ		海藻ミックス 糸寒天 しらす干し	にんじん	キャベツ	さとう	オリーブ油	
10	月	ごはん 牛乳				米			
		★かみかみ汁	豚肉 かまぼこ 豆腐	牛乳	にんじん	ねぎ えのきたけ ごぼう 切り干しだいこん		油	
		いわしの梅煮	いわし		しそ	梅肉	さとう でんぶん		
		鶏肉と野菜のいためもの	鶏肉		さやいんげん にんじん	たまねぎ しょうが	さとう	油	
11	火	ごはん 牛乳				米			
		わかめスープ	鶏肉 豆腐	牛乳	わかめ	にんじん	たまねぎ キャベツ ねぎ		油
		春巻き	豚肉		にんじん にら	キャベツ もやし エリンギ	でんぶん 小麦粉 さとう	油 ごま油	
		◎もやしとツナの旨辛ナムル	まぐろ油漬け	にんじん		大豆もやし	さとう	ごま油	
12	水	ソフトめん 牛乳				ソフトめん			
		ミートソース	豚肉 豚レバー 大豆	牛乳	にんじん トマト	たまねぎ マッシュルーム	トマトルウ	油	
		焼きメンチカツ	鶏肉 豚肉			たまねぎ しょうが にんにく	さとう 米粉	油	
		アセロラミックス				みかん	アセロラジュレ ぶどうゼリー りんごゼリー		
13	木	ごはん 牛乳				米			
		じゃがいものうま煮	鶏肉 さつま揚げ	牛乳	にんじん さやいんげん	たまねぎ こんにゃく	じゃがいも さとう	油	
		白身魚の香味フライ	ほき			にんにく	パン粉 小麦粉 でんぶん	油	
		信田あえ	油揚げ	にんじん みつば	もやし	さとう			
14	金	ごはん 牛乳				米			
		スタミナ汁	豚肉 油揚げ 豆腐 みそ	牛乳	にんじん	たまねぎ ねぎ にんにく	じゃがいも	油	
		和風ハンバーグ	豚肉 鶏肉			たまねぎ だいこん	さとう でんぶん		
		★ごぼうサラダ		にんじん	ごぼう きゅうり	さとう	ドレッシング		
17	月	ごはん 牛乳				米			
		たまねぎの白みそ汁	鶏肉 豆腐 みそ	牛乳	わかめ	にんじん	たまねぎ えのきたけ ねぎ		油
		かれいの竜田揚げ	かれい			しょうが	でんぶん	油	
		千草あえ	油揚げ	こまつな にんじん	もやし	さとう	ごま		
18	火	ごはん 牛乳				米			
		豚肉と生揚げの煮もの	豚肉 生揚げ	牛乳	にんじん さやいんげん	だいこん こんにゃく たけのこ	さとう	油	
		レバー入りつくね	鶏肉 鶏レバー			たまねぎ	でんぶん さとう 米粉パン粉	油	
		こまつなとコーンのいためもの	まぐろ油漬け		こまつな	コーン	油		
19	水	愛知のだいこん葉ごはん 牛乳				米			
		愛知のめぐみみそ汁	しらす入りつみれ団子 油揚げ みそ	牛乳	だいこん葉	にんじん みつば	たまねぎ だいこん	じゃがいも	
		めひかり(魚)フライ	めひかり		にんじん 赤じそ粉	キャベツ もやし	パン粉 小麦粉	油	
		キャベツの赤じそあえ				みかん果汁	さとう		
20	木	蒲郡みかんゼリー							
		ごはん 牛乳				米			
		ツナじゃが	まぐろ油漬け	牛乳	にんじん	たまねぎ こんにゃく	じゃがいも さとう	油	
		野菜入り豆腐ステーキ	魚肉すり身 豆腐		にんじん ブロッコリー	キャベツ たまねぎ	じゃがいも さとう でんぶん	油	
21	金	★きんぴらごぼう				さとう	ごま ごま油		
		サンドイッチロールパン 牛乳					パン		
		白いんげん豆のクリームポタージュ	鶏肉	牛乳	にんじん	たまねぎ	じゃがいも 小麦粉 白いんげん豆	バター 油	
		ウインナー	ウインナー		にんじん	キャベツ たまねぎ		油	
24	月	野菜ソテー							
		ごはん 牛乳				米			
		親子煮	鶏肉 鶏卵 かまぼこ	牛乳	にんじん	たまねぎ 干ししいたけ	じゃがいも さとう	油	
		さわらの塩こうじ焼き	さわら				米		
25	火	ひじきのいため煮	大豆 油揚げ	ひじき	にんじん	えだまめ	さとう	油	
		ごはん 牛乳				米			
		ワントンスープ	豚肉	牛乳	にんじん にら	たまねぎ もやし キャベツ	ワントンの皮	油	
		肉団子の野菜あんかけ	鶏団子		さやいんげん 赤ピーマン	たまねぎ	でんぶん さとう	油	
26	水	冷凍みかん				みかん			
		白玉うどん 牛乳					白玉うどん		
		五目うどん	鶏肉 かまぼこ 油揚げ	牛乳	にんじん	たまねぎ えのきたけ ねぎ		油	
		★れんこんサンドフライ	鶏肉			れんこん たまねぎ 干ししいたけ	パン粉 でんぶん 小麦粉	油	
27	木	じゃがいもの青菜いため				コーン	じゃがいも	油	
		麦ごはん 牛乳				米 麦			
		マーボー豆腐	豆腐 豚肉 豚レバー 大豆 みそ	牛乳	にんじん	ねぎ たまねぎ しょうが にんにく	さとう でんぶん	油	
		野菜しゅうまい	鶏肉 豚肉		にんじん ほうれんそう	コーン たまねぎ しょうが	パン粉 小麦粉 さとう		
28	金	★たけのこの中華いため				にんじん	たけのこ もやし	油	
		ナン 牛乳				ナン			
		野菜スープ	ベーコン	牛乳	にんじん	たまねぎ コーン キャベツ		油	
		チキンナゲット	鶏肉 おから		にんじん	たまねぎ	パン粉 でんぶん さとう 小麦粉	油	
		キーマカレー	牛肉 豚肉		にんじん トマト	たまねぎ えだまめ にんにく	さとう カレールウ	油	

付記 材料の都合により一部変更する場合があります。

④は小学校 ⑤は中学校

◎11日(火)「もやしとツナの旨辛ナムル」は令和5年度 光ヶ丘中学校 生徒 森田 紗永さんの応募献立を参考にしました。



R6年度から、かみごたえのある、よくかむことに
注意する食べものや料理に★がついています。

給食回数 20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。

初めての食材でアレルギー症状が起きる場合があります。食材のことなどを確認したい場合は、お気軽に学校へご相談ください。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。

調味料を除く副食(おかず・デザート)にアレルギー特定原材料(卵、乳、小麦、えび、かに、くるみ、落花生、そば)を含まない献立を月1回程度作成しています。(詳細な献立表に記載してあります)

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。この日は、「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。

再生紙使用

