



4

# 4月 小学校給食こんだて表

春日井市教育委員会  
学校給食課

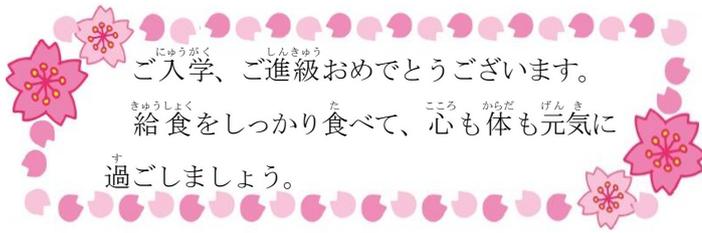
こんげつ 今月のこんだて目標 もくひょう きゅうしょく 給食にしたしもう

| 日  | 曜 | こんだて名                     |    | 主な材料とその働き   |                                      |  |   |
|----|---|---------------------------|----|---|--------------------------------------|--|---|
|    |   | 園                         | 給  | 肉   | 魚                                    | 卵  | 豆   |
| 9  | 木 | せきはん                      | 牛乳 | さくらのすましじる<br>さばのみそに<br>キャベツのゆかりあえ<br>ごましお   | とうふ かまぼこ 油あげ<br>さば 豆みそ               | だいこん にんじん ねぎ えのきたけ   | でん粉<br>さとう<br>黒ごま   |
| 10 | 金 | ソフトめん                     | 牛乳 | ミートソース<br>フルーツゼリー<br>ミックスナッツ  | ぶた肉 牛肉 大豆<br>チーズ だっし粉乳               | たまねぎ にんじん<br>マッシュルーム グリンピース<br>もも みかんゼリー パイナップル                        | トマトルウ さとう<br>アーモンド カシューナッツ<br>マカダミアナッツ                              |
| 13 | 月 | わかめ<br>ごはん                | 牛乳 | がめに<br>あつやきたまごの<br>おろしだれかけ<br>オレンジ  | とり肉 さつまあげ 油あげ<br>たまご                 | こんにやく にんじん<br>れんこん えだ豆<br>だいこん   | さといも さとう 米油<br>さとう でん粉  |
| 14 | 火 | むぎごはん                     | 牛乳 | ぶたにくとたまねぎのうまに<br>ツナあえ<br>にしよくだんご  | ぶた肉 焼きどうふ<br>まぐろ油つけ                  | たまねぎ しらたき ねぎ<br>にんじん エリンギ<br>ブロッコリー もやし にんじん                           | さとう<br>さとう サラダ油<br>にしよくだんご  |
| 15 | 水 | ミルク<br>ロールパン              | 牛乳 | ミネストローネ<br>キャベツとウインナーの<br>ソテー<br>チーズ  | とり肉<br>ポークウインナー<br>チーズ               | たまねぎ トマト にんじん<br>とうもろこし セロリ<br>キャベツ こまつな にんじん                          | パスタ さとう<br>米油   |
| 16 | 木 | ♪<br>1ねんせい<br>はじまり<br>ごはん | 牛乳 | えがおのカレーシチュー<br>チキンナゲット (2こ)<br>ミニサラダ (2~6年生のみ)                                      | ぶた肉 豆乳<br>とり肉                        | たまねぎ にんじん<br>マッシュルーム にんにく<br>キャベツ とうもろこし<br>にんじん レモン                   | じゃがいも カレールウ<br>米油<br>さとう オリーブ油                                      |
| 17 | 金 | むぎごはん                     | 牛乳 | なまあげのちゅうかはん<br>あげしゅうまい (2こ)<br>ほうれんそうのごまあえ<br>(2~6年生のみ)<br>アーモンドいりごさかな<br>(2~6年生のみ) | 生あげ うずらたまご<br>ぶた肉<br>えび たら<br>小魚     | たまねぎ キャベツ たけのこ<br>にんじん しょうが にんにく<br>たまねぎ<br>ほうれんそう キャベツ                | さとう 米油 でん粉<br>小麦粉 パン粉 米油 でん粉<br>白ごま さとう<br>アーモンド                    |
| 20 | 月 | ごはん                       | 牛乳 | スタミナじる<br>ひじきいりおやこそぼろ<br>いちごスティックケーキ  | とうふ ぶた肉<br>油あげ 合わせみそ<br>たまご とり肉 ひじき  | たまねぎ にんじん ねぎ にんにく<br>たまねぎ にんじん えだ豆                                     | じゃがいも<br>さとう<br>いちごスティックケーキ   |
| 21 | 火 | ふきごはん                     | 牛乳 | ふきごはん<br>えびフライ<br>きゅうりのごまじょうゆあえ<br>いちごクレープ  | とり肉 油あげ こんぶ<br>えび<br>花かつお            | ふき ごぼう たけのこ にんじん<br>きゅうり   | 米 もち米 さとう<br>パン粉 小麦粉 米油<br>白ごま ごま油<br>いちごクレープ                       |
| 22 | 水 | むぎごはん                     | 牛乳 | はるのくにじゃが<br>いわしのうめに<br>パイナップル   | ぶた肉<br>いわし                           | たまねぎ こんにやく にんじん<br>グリンピース<br>赤しそ<br>パイナップル                             | じゃがいも さとう<br>さとう  |
| 23 | 木 | ♪<br>ごはん                  | 牛乳 | さわにわん<br>まぐろのあまからに<br>たくあんあえ<br>てまきのり   | ぶた肉 かまぼこ<br>まぐろ油つけ<br>のり             | ごぼう にんじん たけのこ みつば<br>しょうが<br>たくあんづけ キャベツ                               | じゃがいも でん粉<br>さとう 米油   |
| 24 | 金 | ごはん                       | 牛乳 | マーボどうふ<br>はるまき<br>もやしのあえもの  | とうふ ぶた肉 豆みそ<br>とり肉                   | にんじん たけのこ ねぎ<br>しょうが にんにく<br>たまねぎ キャベツ<br>もやし                          | さとう でん粉<br>小麦粉 米油<br>さとう 米油   |
| 27 | 月 | むぎごはん                     | 牛乳 | はるさめスープ<br>ブルコギ<br>やさいゼリー   | ぶた肉<br>牛肉                            | たまねぎ エリンギ にんじん<br>チンゲンサイ<br>たまねぎ にんじん 赤パプリカ<br>しょうが にんにく りんご<br>やさいゼリー | はるさめ<br>さとう でん粉 米油  |
| 28 | 火 | ごはん                       | 牛乳 | こうやどうふのたまごとじ<br>きりぼしだいこんの<br>やきそばふう<br>オレンジ   | たまご とり肉<br>かまぼこ こうやどうふ<br>ぶた肉 青のり    | たまねぎ にんじん さやいんげん<br>キャベツ にんじん 切りぼしだいこん<br>オレンジ                         | さとう<br>米油   |
| 30 | 木 | ♪<br>スライス<br>パン           | 牛乳 | キャベツのクリームスープ<br>しろみざかなのフライ<br>にんじんサラダ<br>いちごジャム                                     | とり肉 牛乳<br>生クリーム だっし粉乳<br>ホキ<br>まぐろ水に | ねぎ キャベツ たまねぎ にんじん<br>マッシュルーム<br>にんじん パセリ                               | じゃがいも 白いんげん豆<br>ホワイトルウ バター パン粉<br>パン粉 小麦粉 米油<br>さとう オリーブ油<br>いちごジャム |

①都合により献立を変更する場合があります。②すべての食材を表記しているものではありません。  
③主食となるめん類は前日に製造しています。④♪マークは、食缶・フライ缶のおかず、特定原材料7品目(卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生)を使用していない献立です(調味料を除く)。

＊令和2年度4月から、  
牛乳ビンが紙パックに  
かわります。





給食は調理場で心を込めて作っています。残さず食べてくださいね。今年も1年間、よろしくお願ひします。

愛知県の特産品を使った料理



21日(火) ふきごはん

ふきは、春野菜です。愛知県で栽培されているほとんどが「愛知早生ふき」という種類で、愛知県の伝統野菜です。愛知県産のふきはやわらかく、食べやすいのが特徴です。地元の味を楽しみましょう。

福岡県の郷土料理

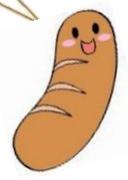


13日(月) がめに

「がめに」は色々な食材を使うので、博多の方言で「寄せ集める」という意味の「がめくりこむ」から名前が付いたといわれています。また、福岡県北部を「筑前の国」と呼んでいたことから「筑前煮」とも呼ばれ、お祭りやお祝いに食べられます。

ゲンかつぎフード「ウイナー」

15日(水) キャベツとウイナーのソテー



日本には昔から、気持ちを高めるために勝負の前に食べる、縁起の良い食べ物があります。今回は、勝利=winにかけて、ウイナーの料理が登場します。みなさんも大切な勝負の前に食べてみてはどうですか？



数少ない日本原産の野菜で、北海道から沖縄県まで全国で栽培されています。愛知県では、知多半島を中心に明治時代の中頃から栽培されており、その生産量は日本一を誇っています。



調理員さんと考えた献立

27日(月)

おうちでつくってみよう!

給食レシピ紹介

今月の給食の中で人気の献立や、栄養士がおすすめする献立のレシピを紹介します。ぜひ作ってみてくださいね。



「まぐろのあまからに」と「キャベツのたくあんあえ」

材料 (4人分)

- 【まぐろのあまからに】
  - まぐろの油漬 200g (3缶)
  - しょうが 4g
  - さとう 小さじ3 (12g)
  - しょうゆ 小さじ1 (6g)
  - 本みりん 小さじ1 (4g)
  - 酒 小さじ1 (4g)
- 【キャベツのたくあんあえ】
  - キャベツ 40g
  - たくあん漬 40g



作り方

- 【まぐろのあまからに】
  - まぐろの油漬の油を切る。しょうがは千切りにする。
  - なべにまぐろをほぐし入れ、しょうがと調味料を入れ、煮汁がなくなるまで煮る。
- 【キャベツのたくあんあえ】
  - キャベツは3mmの千切りにし、ゆでる。水出し、絞って水気を切る。
  - たくあん漬の汁を切って冷やした①とまぜあわせる。



給食では、のりでまいてごはんと一緒に食べます。材料は自安です。ご家庭で調整をしてください。

給食費のお知らせ

| 単価   | 月   | 日数 | 予定金額   | 納期限(口座振替日)             |
|------|-----|----|--------|------------------------|
| 245円 | 3月分 |    |        | 給食の実施がないため、給食費は発生しません。 |
|      | 4月分 | 15 | 3,675円 | 令和2年 6月 1日(月)          |

※口座への入金、納期限(口座振替日)の前日までにお願ひします。  
 ※給食提供日の4日前(土日等、給食を実施しない日を除く。)までに学校に休みの連絡がない場合は、給食費を請求させていただきます。