



4月 中学校給食献立表

春日井市教育委員会
学校給食課

今月の献立目標 給食に親しもう



日 曜	献立名	主な材料とその働き					
		赤 体をつくる		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる	
		1群 魚・肉・卵・大豆など タンパク質	2群 牛乳・小魚・海藻など 無機質	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物・きのこ ビタミン・無機質	5群 米・パン・めん・いもなど 炭水化物	6群 油脂・種実など 脂質
11 月	ごはん はっこう乳		はっこう乳			米	
	わかめスープ	鶏肉	わかめ	チンゲンサイ にんじん	たまねぎ もやし ねぎ		白ごま ごま油
	タコライス	豚肉 大豆 牛肉		にんじん トマト	たまねぎ	砂糖	
12 火	いちごゼリー				いちご	砂糖	
	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	たけのこのすまし汁	たら えび おきあみ		にんじん みつば	たけのこ 大根 えのきたけ しいたけ	でん粉	
13 水	かつおのレモンじょうゆ和え	かつお 大豆			枝豆 レモン	でん粉 小麦粉 砂糖	米油
	サンドイッチロールパン 牛乳		牛乳			パン	
	たまねぎスープ	鶏肉		にんじん パセリ	たまねぎ もやし エリンギ とうもろこし		
14 木	焼きそば	豚肉 いか	青のり	にんじん	キャベツ しょうが酢漬	油そば	
	チーズ		チーズ				
	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
15 金	肉じゃが	豚肉		にんじん	たまねぎ こんにゃく グリーンピース	じゃがいも 砂糖	
	さば銀紙焼き	さば みそ				砂糖	
	ふきのサラダ		わかめ		キャベツ ふき とうもろこし	砂糖	白ごま
18 月	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	えがおのカレーシチュー	豚肉 豆乳		にんじん	たまねぎ マッシュルーム にんにく	じゃがいも カレールウ	
	ツナサラダ	まぐろ油漬け		にんじん	キャベツ きゅうり とうもろこし	砂糖	卵なし マヨネーズ
19 火	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	スタミナ汁	豆腐 豚肉 油揚げ 合わせみそ		にんじん	たまねぎ ねぎ にんにく	じゃがいも	
	ちくわのいそべ揚げ(3個)	ちくわ	青のり			小麦粉 でん粉	米油
20 水	きゅうりのごまじょうゆ和え				きゅうり	砂糖	白ごま ごま油
	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	すきやき	牛肉 豆腐		にんじん	はくさい こんにゃく ねぎ エリンギ	角ふ、砂糖	
21 木	厚焼き卵	たまご あおさ しらす			しいたけ		
	春キャベツのおかか和え	花かつお		ほうれん草 にんじん	キャベツ	砂糖	
	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
22 金	マーボ豆腐	豆腐 豚肉 豆みそ		にんじん にら	たけのこ ねぎ しょうが にんにく	砂糖 でん粉	ごま油
	揚げえびしゅうまい(3個)	えび たら			たまねぎ	パン粉 でんぷん 小麦粉	米油
	もやしのナムル				もやし	砂糖	白ごま ごま油
23 土	わかめごはん 牛乳		わかめ 牛乳			米	
	けんちん汁	豆腐 油揚げ		にんじん	大根 こんにゃく ごぼう ねぎ		ごま油
	さわらの照り焼き	さわら		にんじん	しょうが	砂糖 でん粉	米油
24 日	甘酢和え			にんじん	きゅうり 切り干し大根	砂糖	
	クロスロールパン 牛乳		牛乳			パン	
	大豆とチキンのトマト煮	大豆 鶏肉		にんじん トマト	たまねぎ とうもろこし セロリ にんにく	じゃがいも 砂糖	
25 月	キャベツとアスパラガスのソテー	ポークウィンナー		アスパラガス 赤パプリカ 黄パプリカ	キャベツ		米油
	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	豚汁	豆腐 豚肉 豆みそ		にんじん	大根 こんにゃく ごぼう ねぎ	さといも	
26 火	ひじき入り親子そぼろ	卵 鶏肉	ひじき	にんじん	たまねぎ 枝豆	砂糖	
	干し小魚		いわし			砂糖	

ご入学、ご進級おめでとうございます。

給食は、心と体の健やかな成長を願って作られています。調理場では、安全でおいしい給食となるように、心を込めて作っています。みんなが気持ちよく食べられるよう食事のマナーを守って食べましょう。



日 曜	4月 献立名	主な材料とその働き					
		赤体をつくる		緑体の調子を整える		黄体を動かすエネルギーになる	
		1群 魚・肉・卵・大豆など タンパク質	2群 牛乳・小魚・海藻など 無機質	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物・きのこ ビタミン・無機質	5群 米・パン・めん・いもなど 炭水化物	6群 油脂・種実など 脂質
26 火	あいちの米粉パン 牛乳		牛乳			パン	
	チキンチャウダー	鶏肉 ベーコン	牛乳 チーズ 脱脂粉乳	にんじん パセリ	たまねぎ マッシュルーム	じゃがいも ホワイトルウ	
	アスパラガス入りサラダ	まぐろ油漬け		アスパラガス	キャベツ とうもろこし きゅうり	砂糖	サラダ油
	オレンジ				オレンジ		
27 水	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	鶏団子汁	鶏肉 豆腐		にんじん	たまねぎ 大根 ねぎ	パン粉	
	まぐろの甘辛煮	まぐろ油漬け			キャベツ しょうが	砂糖	
	きざみたくあん 手巻きのみ		のり		大根		
㊦ 28 木	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	がめ煮	さつま揚げ 鶏肉 油揚げ		にんじん さやいんげん	こんにゃく れんこん	さといも 砂糖	
	ヒレカツ	豚肉				パン粉 でん粉	米油
	ポイルキャベツ 小袋みそソース	豆みそ			キャベツ	砂糖	

- 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）。

愛知県の特産品を使った料理



28日（木）ヒレカツ・小袋みそソース

愛知県では「八丁みそ」という豆みそが作られています。愛知県は、いろいろな料理に赤みそを使います。ヒレカツにみそをかけて、「みそカツ」にして食べるのもこの地域の特徴です。

福岡県の郷土料理

28日（木）がめ煮



「がめ煮」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、昔は、福岡県博多地域を「筑前の国」と呼んでいたことから「筑前煮」とも呼ばれ、お祭りやお祝いのときに食べられます。

新献立

～今年度の新献立は、学習と関連させた献立です。教科等で取り上げられた食品や学習内容を確認して、献立を教材として活用してもらえるように考えました。どの学年の学習と関連しているかを紹介していきます。～

14日（木）ふきのサラダ

小学2年生の国語で「ふきのとう」の物語を学習します。竹やぶの竹や雪、ふきのとうが、春がやってくるのを待っている物語です。春が来て暖かくなると、「ふきのとう」が顔を出します。ふきのとうは、花のつぼみの部分で、葉の部分を「ふき」といいます。給食でも春を感じてください。



ふきのとう

いいともあいち運動

生産者と消費者が一緒になって、愛知県の農林水産業を支えていこうという地産地消の運動です。いいともあいち運動のシンボルとして「あいまる」というマークがあります。春日井市の献立表では、愛知県産食品を「あいまる」とともに紹介していきます。お楽しみに。



ふき

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、その生産量は日本一を誇っています。愛知県で栽培されている「愛知^{わせ}早生ふき」は愛知の伝統野菜で、柔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。

☆ 献立表から春が旬の食材を探してみよう！



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）
285円	3月分	15	4,275円	令和4年5月2日（月）
	4月分	14	3,990円	令和4年5月31日（火）

- ※ 口座への入金、納期限（口座振替日）の前日までをお願いします。
- ※ 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。

「毎月19日は食育の日

～おうちでごはんの日～



春日井市のホームページでアレルギー献立表が見られます。

