

今年度からデータ配信になりました。



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 火	せきはん 牛乳		牛乳			米 もち米 小豆	
	さくらのすまし汁	豆腐 かまぼこ 油揚げ		にんじん みつば	大根 えのきたけ たけのこ		
	宗田かつおのおかか煮	かつお				砂糖	
	きゅうりのごまじょうゆ和え				きゅうり		白ごま ごま油
	紅白団子 小袋ごま塩					米粉 小豆 砂糖	黒ごま
12 水	くろロールパン 牛乳		牛乳			パン	
	白いんげんと ウインナーのトマト煮	ポークウインナー		にんじん トマト	たまねぎ マッシュルーム セロリ にんにく	白いんげん豆 砂糖	
	シャキシャキペトサラダ	まぐろ油漬け			きゅうり とうもろこし	じゃがいも	卵なし マヨネーズ
	オレンジ				オレンジ		
13 木	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	中華風卵スープ	卵 鶏肉		チンゲンサイ	たまねぎ とうもろこし ぶなしめじ	でん粉	
	揚げぎょうざ(3個)	豚肉 鶏肉			キャベツ たまねぎ	小麦粉	米油
	もやしのナムル				もやし	砂糖	白ごま ごま油
	きらず揚げ	おから				小麦粉 砂糖	菜種油
14 金	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	牛肉とたまねぎのうま煮	牛肉 焼き豆腐		にんじん	たまねぎ しらたき ねぎ エリンギ	砂糖	
	さばのみそ煮	さば 豆みそ				砂糖	
	キャベツの塩昆布あえ ヨーグルト		昆布 ヨーグルト		キャベツ		
17 月	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 ねぎ	里芋	
	ひじき入り親子そぼろ	卵 鶏肉	ひじき	にんじん	たまねぎ	砂糖	
18 火	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	えがのお ビーフカレーシチュー	牛肉 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	
	いかなゲット(3個) ブロッコリーのマリネ	いか たちうお		ブロッコリー		小麦粉 でん粉	米油 菜種油 ドレッシング
19 水	わかめごはん 牛乳		わかめ 牛乳			米	
	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	
	根菜サラダ	まぐろ油漬け			ごぼう きゅうり とうもろこし 切り干し大根	砂糖	ドレッシング
20 木	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	豆腐とキャベツのスープ	豆腐 豚肉		にんじん	キャベツ 黒きくらげ にんにく	でん粉	ごま油
	たっぷり野菜と 肉団子の甘酢あん	鶏肉		にんじん ピーマン	たまねぎ たけのこ	砂糖 でん粉	米油
21 金	サンドイッチロールパン はっこう乳		はっこう乳			パン	
	春野菜のスープ煮	うずら卵 鶏肉		にんじん さやいんげん	キャベツ たまねぎ エリンギ	じゃがいも	
	スラッピージョー パイナップル	豚肉 牛肉			たまねぎ マッシュルーム パイナップル	レンズ豆 パン粉 砂糖	
24 月	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	豆乳汁	豆腐 豆乳 鶏肉 あわせみそ		にんじん	えのきたけ ねぎ	じゃがいも	
	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 手巻きのり		のり		大根	砂糖	

ご入学・ご進級おめでとうございます




みなさんの心と身体の健やかな成長を願い、安全で、おいしく食べられるように心を込めて給食をつくっていきます。給食を通して、食事のマナーや食文化、食べ物の栄養などを一緒に学んでいきましょう。本年度もよろしくお祈りします。



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
25 火	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	鶏団子汁	豆腐 鶏肉		にんじん	大根 ねぎ たまねぎ	でん粉	
	さけ銀紙巻き	さけ			大根	砂糖	
	もやしとひじきの和え物		ひじき	にんじん	もやし	砂糖	
26 水	いちごクレープ	豆乳			いちご	砂糖 でん粉	
	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	ふき入りがめ煮	さつま揚げ 鶏肉 油揚げ		にんじん	こんにゃく れんこん ふき	里芋 砂糖	米油
	ヒレカツ	豚肉				パン粉 でん粉	米油
27 木	きゅうりのゆかり和え			赤しそ	きゅうり	砂糖	
	小袋みそソース	豆みそ				砂糖	
	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	厚揚げカレー丼の具	生揚げ 豚肉 かまぼこ		にんじん ピーマン	たまねぎ	でん粉	
28 金	コーンサラダ	まぐろ油漬け		にんじん	とうもろこし キャベツ きゅうり	砂糖	白ごま サラダ油
	バナナチップス				バナナ	砂糖	植物油
	クロワッサン 牛乳		牛乳			パン	
28 金	じゃがいもスープ	鶏肉	牛乳 生クリーム	にんじん パセリ	たまねぎ マッシュルーム	じゃがいも	バター
	キャベツと アスパラガスのソテー	ポークウインナー		アスパラガス にんじん	キャベツ		米油
	ブルーベリー				ブルーベリー		

- 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）。


福岡県の郷土料理 26日(水) **ふき入りがめ煮**




がめ煮は、博多の方言で「寄せ集める」という意味の「がめくりこむ」から名前がついたそうです。全国的には「筑前煮」と呼ばれ、正月やお祭りなどのお祝い事の日に作ります。具だくさんの煮物で、野菜をたくさんとることができるので、栄養バランスを整えるのにぴったりの料理です。

今月の献立紹介 26日(水) **ヒレカツ・小袋みそソース**

愛知県岡崎市を中心に「八丁みそ」という豆みそが作られ、愛知県では、煮物や汁などさまざまな料理に豆みそを使います。豆みそは、熟成期間が長いので、赤みがかったこげ茶色をしています。ヒレカツにみそソースをかけてみそカツにして食べましょう。



ふき ふきは、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。愛知県は、ふきの生産が盛んで、スーパーなどに出回っているふきの約4割が、愛知県産です。愛知県の伝統野菜である「愛知^{わせ}早生ふき」は、明治時代の中頃から知多半島で栽培されていて、柔らかく食べやすいです。地元の味をおいしくいただきます。



春が旬の食材をさがしてみよう！ 献立表を見てチェックしてみよう

たけのこ アスパラガス わかめ 春キャベツ たまねぎ ふき さやいんげん かつお



旬の食材は、安く購入することができ、さらに栄養価も高いので良いことづくしです。給食には、旬の食材をふんだんに使って、季節を感じられるように作っています。

毎月19日は食育の日
～おうちでごはんの日～

自分の食生活を見直してみよう。



<給食費のお知らせ>

単価	月	日数	予定金額	納期限(口座振替)
285円	3月分	15	4,275円	令和5年5月1日(月)
	4月分	14	3,990円	令和5年5月31日(水)

※ 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。

市のホームページにアレルギー献立表を掲載しています。



春日井市議会議員一般選挙

投票日
4月23日(日)

期日前投票
4月17日(月)～22日(土)

春日井市選挙管理委員会



明るい選挙のイメージキャラクター
「選挙のめいすいくん」