



# 4月 小学校給食こんだて表

今月のこんだて目標 きゅうしょく 給食にしたしもう

日 曜	こんだて名	主な材料とそのはたらき					
		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	2群	3群	4群	5群	6群
		タンパク質	無機質	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	炭水化物	脂質
9 火	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
	さくらのすましじる	とうふ、かまぼこ あぶらあげ		にんじん みつば	だいこん えのきたけ	じゃがいも でんぷん	
	ごぼういりつくね(2こ)	とりにく			たまねぎ ごぼう	さとう	
	きりぼしだいこんのごまあえ				きゅうり きりぼしだいこん	さとう	しろごま ごまあぶら
	いちごヨーグルト		ヨーグルト		いちご		
10 水	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
	スタミナじる	とうふ、ぶたにく あぶらあげ あわせみそ		にんじん	たまねぎ ねぎ にんにく	じゃがいも	
	まぐろのあまからに きざみたくあん	まぐろあぶらづけ			キャベツ しょうが	さとう	
	てまきのり		のり		だいこん	さとう	
11 木	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ おおむぎ	
	たまごとし	たまご とりにく		にんじん ざやいんげん	たまねぎ しいたけ	じゃがいも さとう	
	とびうおカツ キャベツのゆかりあえ	たら とびうお		にんじん	たまねぎ キャベツ	パンこ	こめあぶら
12 金	ソフトめん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ソフトめん	
	ミートソース アスパラガスとコーンのサラダ	ぶたにく ぎゅうにく だいず	チーズ だっしふんにゅう	にんじん トマト	たまねぎ マッシュルーム グリーンピース	トマトルウ さとう	
15 月	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ おおむぎ	
	みつばいりさわにわん	ぶたにく かまぼこ		にんじん みつば	ごぼう たけのこ	ながいも	
	なまあげのにくみそあえ	なまあげ とりにく まめみそ		にんじん	たまねぎ	さとう でんぷん	
	ココアぎゅうにゅうのもと					さとう	ココア
16 火	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
	えがのおのカレーシチュー	ぶたにく		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 みかんとにんじんのゼリー	まぐろあぶらづけ		にんじん	きゅうり とうもろこし みかん	さとう	オリーブゆ
17 水	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ おおむぎ	
	とうふとキャベツのスープ	とうふ、ぶたにく		にんじん	キャベツ にんにく	でんぷん	ごまあぶら
	ブルコギ ブルー	ぎゅうにく		きパパリカ にんじん	たまねぎ ねぎ にんにく	さとう でんぷん	しろごま ごまあぶら
18 木	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ おおむぎ	
	にくじゃが	ぶたにく		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 さとう	
	おひたし かたぬきチーズ	かまぼこ	しらすばし	にんじん ほうれんそう	もやし キャベツ	さとう	しろごま
	スライスパン はっこうにゅう		はっこうにゅう			パン	
19 金	だいずとチキンのトマトに	だいず とりにく		にんじん トマト	たまねぎ とうもろこし マッシュルーム セロリ にんにく	さとう	
	コロケ	ぶたにく ぎゅうにく			たまねぎ	じゃがいも パンこ	こめあぶら
	キャベツのサラダ				キャベツ	さとう	サラダゆ
	いちごジャム				いちご	さとう	
22 月	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ おおむぎ	
	ぶたじる	とうふ、ぶたにく まめみそ		にんじん	だいこん ねぎ	さとも	
	ひじきいりとりそぼろ	とりにく	ひじき	にんじん	たまねぎ とうもろこし グリーンピース	さとう	
	オレンジ				オレンジ		
23 火	くるロールパン ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			パン	
	じゃがいもスープ	とりにく	ぎゅうにゅう なまクリーム	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
	キャベツとウインナーのソテー	ポークウインナー		にんじん	キャベツ		こめあぶら

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・フライ缶のおかずに、特定原材料8品目（卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生・くるみ）を使用していない献立です（調味料を除く）。

日 曜	4月 こんだて名	おも さい りょう 主 材 料 と そ の は た ら き					
		あか からだ 赤 体 を つ っ く る		みどり からだ 緑 体 の 調 子 を 整 え る		き からだ うご 黄 体 を 動 か す エ ネ ル ギ ー に な る	
		1群	2群	3群	4群	5群	6群
		魚・肉・卵・大豆など	牛乳・小魚・海藻など	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・めん・いもなど	油脂・種実など
		タンパク質	無機質	ビタミン・無機質		炭水化物	脂質
㊦	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
24	マーボどうふ	どうふ ぶたにく まめみそ		にんじん	たけのこ ねぎ しょうが にんにく	さとう でんぷん	ごまあぶら
水	パンパンジーサラダ	とりにく		にんじん	きゅうり とうもろこし	さとう	しろごま ごまあぶら
25	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
木	ふきいりがめに	さつまあげ とりにく あぶらあげ		にんじん	こんにゃく れんこん ふき	さとも さとう	
	あつやきたまごの おろしだれかけ	たまご			だいこん	さとう でんぷん	
	もやしとこまつなの しおこんぶあえ		こんぶ	こまつな	もやし	さとう	
26	わかめごはん ぎゅうにゅう		わかめ ぎゅうにゅう			こめ	
金	にらいりはるさめスープ	とりにく いか		にんじん にら	たまねぎ たけのこ	はるさめ	
	あげえびしゅうまい(2こ)	えび たら			たまねぎ	パンこ でんぷん こむぎこ	こめあぶら
	きゅうりのナムル			にんじん	きゅうり	さとう	しろごま ごまあぶら
30	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
火	えがおのハヤシチュー	ぶたにく		にんじん トマト	たまねぎ マッシュルーム にんにく	じゃがいも ハヤシルウ さとう	
	いかなゲット(2こ)	いか たら		にんじん	キャベツ とうもろこし	こむぎこ でんぷん	こめあぶら
	ミニサラダ						ドレッシング

## にゅうがく しんきゅう ご入学・ご進級おめでとございます



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感謝の心、食文化、望ましい栄養や食事のとり方などを一緒に楽しく学んでいきましょう。1年間よろしくお祈いします。

ふくおかけん きょうどりのり  
福岡県の郷土料理

25日(木)  
ふきいりがめに



きゅうしよく こめ きゅうにゅう  
給食のお米と牛乳



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。「筑前煮」とも呼ばれ、正月やお祭りなどのお祝い事の日に作ります。具たくさん煮物で、野菜をたくさん食べることができるので、体の栄養バランスを整えるのにぴったりの料理です。

給食のお米は、春日井市およびその近郊で作られた「あいちのかおり SBL」というお米を使っています。給食は、白米以外に、ロウカット玄米、麦やわかめを入れたごはんが出ます。また、牛乳は、愛知県内で飼育されている乳牛からしぼったお乳です。



ふき

ふきは、数少ない日本原産の野菜で、全国で栽培されています。特に愛知県での生産が盛んで、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「愛知早生ふき」は、明治時代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。

こんだてひょう ほん しん しよくさい  
献立表から春が旬の食材をさがしてみましよう！春の野菜は香りが豊かでやわらかく、みずみずしいのがとくちょうです。



みつば キャベツ たまねぎ アスパラガス にら たけのこ ふき とびうお

### <学校給食費の納期限等のお知らせ>

単価	対象月	納期限・口座振替日	予定金額	給食日数
245円	2月分	令和6年4月1日(月)	4,655円	19日
	3月分	令和6年4月30日(火)	3,185円	13日

※ 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(土日祝日等を除く)までに、欠席等により給食を食べない旨、学校に連絡がない場合は、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



まいつき にち しよくいく ひ  
毎月19日は食育の日  
~おうちでごはんの日~

