

4月 小学校給食献立表



目標
準備や後片付けをきちんとしよう

大府市教育委員会

日 曜	献立名	体をつくる		体の調子をととのえる		エネルギーになる		エネルギー (kcal)
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	たんぱく質 (g)
11 火	ごはん 牛乳		牛乳			米		633
	マーボー豆腐	豚肉 鶏レバー 豆腐 みそ		にんじん ねぎ	玉ねぎ ねぎ しょうが	砂糖 でんぷん		
	はるさめとひじきのちゅうかあえ	ツナ	ひじき	にんじん	キャベツ コーン	はるさめ 砂糖	ごま油	
	しんきゅうおいわいデザート	豆乳			いちご	砂糖 水あめ		26.7
12 水	ごはん 牛乳		牛乳			米		571
	こめこのホキフライ	ホキ				米粉	米油	
	キャベツのおかかあえ	かつおぶし			キャベツ コーン	砂糖		
	わかたけじる	鶏肉 豆腐	わかめ	にんじん みつば	たけのこ えのきたけ			25.9
13 木	ソフトめん 牛乳		牛乳			ソフトめん		609
	ミートソースかけ	豚肉		にんじん パセリ トマト	玉ねぎ エリンギ	砂糖 でんぷん		
	カラフルやさしいソテー	ウインナー		赤ピーマン	キャベツ 黄ピーマン		米油	
	オレンジ				オレンジ			26.3
14 金	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		582
	ハンバーグのたまねぎソースかけ	鶏肉 豚肉			玉ねぎ	砂糖 でんぷん		
	きゅうりとたくあんのごまあえ				きゅうり 大根漬け		ごま	
	けんちんじる	鶏肉 豆腐		にんじん ねぎ	だいこん ごぼう ねぎ えのきたけ	さといも		26.7
17 月	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		648
	おやこに	鶏肉 卵 かまぼこ		にんじん ねぎ	玉ねぎ 切り干し大根 干しいたけ ねぎ	砂糖 でんぷん		
	キャベツとなまあげのいためもの	豚肉 生揚げ			キャベツ	砂糖 でんぷん	米油	
	てづくりとうにゅうプリン	豆乳				砂糖	ココア	29.5
18 火	ごはん 牛乳		牛乳			米		561
	さわらのしょうゆこうじやき	さわら						
	あおなごまあえ			こまつな にんじん	コーン	砂糖	ごま	
	じゃがいもとたまねぎのみそじる	豚肉 豆腐 油揚げ みそ	わかめ	ねぎ	玉ねぎ えのきたけ ねぎ	じゃがいも		26.5
19 水	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		657
	やきウインナー (1、2ねん1ぼん、3ねん～2ぼん)	ウインナー						
	カレー	豚肉	牛乳	にんじん	玉ねぎ	じゃがいも		
	ツナサラダ (わふうドレッシング)	ツナ			キャベツ きゅうり 枝豆		ドレッシング	25.3
20 木	こがたロールパン 牛乳		牛乳			パン		561
	レバーいりつくね(2こ)	鶏肉 豚肉 鶏レバー			玉ねぎ	でんぷん 砂糖		
	きりぼしだいこんいりやきそば	豚肉 いか はんぺん かつおぶし	あおのり	にんじん	キャベツ しょうが 切り干し大根	やきそばめん	米油	
	あまなつポンチ				もも缶 パイン缶 甘夏みかん缶 オレンジジュース			26.2
21 金	ごはん 牛乳		牛乳			米		631
	まぐろとこうや豆腐のあげに	まぐろ 高野豆腐				でんぷん 砂糖	米油	
	ひじきとたけのこのいためもの	ささみ	ひじき	にんじん さやいんげん	たけのこ	砂糖	米油	
	ごじる	豚肉 大豆 豆腐 豆乳 みそ		にんじん ねぎ	こんにゃく だいこん ごぼう ねぎ			29.2
24 月	ふきいりごもくごはん (アルファかまい) 牛乳	鶏肉 油揚げ	牛乳	にんじん	ふき 干しいたけ	アルファー化米 アルファ化もち米		564
	いわしのしょうがに	いわし			しょうが	砂糖 でんぷん		
	やさいとわかめのあえもの		わかめ		はくさい もやし			
	とうふとゆばのすましじる	豆腐 かまぼこ 湯葉		にんじん ねぎ	だいこん 玉ねぎ えのきたけ ねぎ			27.5

＜今月の愛知県産の野菜・くだもの＞

さといも キャベツ きゅうり こまつな だいこん 玉ねぎ
チンゲンサイ にんじん ねぎ はくさい ほうれんそう
ふき みつば れんこん さやえんどう

大府市のホームページで【学校給食でお勧めレシピ】として栄養教諭や給食調理員がお勧めするレシピを掲載しています。ぜひご覧いただき、家庭でもお試しください。



おぶちゃん
マーク



24日(月)
ふきいりごもくごはん

【春野菜を食べよう】

長い冬が明けて、春は芽吹き季節です。春が旬の野菜には、山菜・ふき・たけのこ・さやえんどう・アスパラガスなどがあります。動物や草木目は目を覚まして、活動を始めます。独特な苦みや香りのある野菜を食べて、わたしたちの体もしっかり目覚めさせましょう。



うらへつづきます

4月 小学校給食献立表

目標
準備や後片付けをきちんとしよう

大府市教育委員会

日 曜	献立名	体をつくる		体の調子をととのえる		エネルギーになる		エネルギー (kcal)
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	たんぱく質 (g)
25 火	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		664
	はるまき	豚肉		にんじん にら	キャベツ もやし エリンギ	でんぷん 小麦粉 砂糖 水あめ	米油 油	
	やさいとにくだんごのあまずし	牛肉 豚肉 鶏肉		にんじん チンゲンサイ	玉ねぎ たけのこ 枝豆 しょうが	砂糖 でんぷん パン粉	米油	
	キャベツとじゃこのちゅうかサラダ		しらす干し		キャベツ もやし	砂糖	ごま油	20.5
26 水	ごはん 牛乳		牛乳			米		551
	あじフリッター (1〜4ねん1こ、5ねん〜2こ)	あじ	オキアミ			小麦粉 でんぷん 砂糖	油	
	ごもくきんぴら	はんぺん		にんじん さやいんげん	ごぼう れんこん こんにゃく	砂糖	ごま油	
	ぶたじる	豚肉 豆腐 みそ		にんじん ねぎ	だいこん ごぼう ねぎ	じゃがいも		22.6
27 木	クロスロールパン 牛乳		牛乳			パン		615
	とりにくのパーベキューソースかけ	鶏肉			レモン果汁 にんにく りんご	砂糖 でんぷん		
	かいそうサラダ (あおじそドレッシング)	ツナ	ひじき 昆布 わかめ	にんじん	キャベツ 枝豆		ドレッシング	
	とうにゅういりコーンポタージュ	ベーコン 豆乳		にんじん パセリ	玉ねぎ コーン	じゃがいも でんぷん		26.1
28 金	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		593
	ビビンバ(にくたまごそぼろ)	豚肉 鶏レバー 卵			にんにく	砂糖	米油	
	(やさいナムル)			ほうれんそう	もやし	砂糖	ごま油	
	(たれ)	みそ			しょうが	砂糖	ごま油	
	ビーフンスープ	鶏肉	わかめ	にんじん にら	玉ねぎ はくさい 干しいたけ	ビーフン		
	ヨーグルト		ヨーグルト					29.1

平均値	603
	26.3
基準値	640
	26.5

ご入学・ご進級おめでとうございます

いよいよ新しい学年での生活がスタートしました。学校給食は、栄養バランスのとれた食事で子どもたちの健やかな成長を支えるとともに、以下のようなさまざまなことを学ぶ教材となるものです。地域でとれる新鮮な食材を取り入れ、安全や衛生に配慮しながら、心を込めておいしい給食作りに努めてまいります。



給食等を通して学び、身に付けたいこと (食育の視点)



食事の重要性

おいしいね

食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。

心身の健康

健康!

心身の成長や健康の保持増進の上で、望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。

食品を選択する能力

正しい知識・情報に基づいて、食品の品質及び安全性等について自ら判断できる能力を身に付ける。

感謝の心

食べ物や食料の生産等に関わる人々へ感謝する心をもつ。

社会性

食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付ける。

食文化

各地域の産物、食文化や食に関わる歴史等を理解し、尊重する心をもつ。

出典：文部科学省『食に関する指導の手引―第二次改訂版―』(H31.3)

・4月から基準値を児童の実情に合わせて変更しました。

・物資の都合により献立を変更することがありますので、ご了承ください。・献立について不明な点は、各学校までお問い合わせください。