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	月	ごはん　牛乳		牛乳			米		
		マーボーどうふ	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		616
		ひじきとはるさめのちゅうかあえ	ささみ	ひじき	にんじん	キャベツ	はるさめ　砂糖	ごま油	
		おいわいデザート(いちごジュレ)				いちご果汁 クランベリー果汁	砂糖		25.7
12	火	ごはん　牛乳		牛乳			米		
		こめこのしろみざかなフライ	ホキ				米粉	米油	565
		あおなのおかかあえ	かつお節		こまつな	コーン	砂糖		
		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　干ししいたけ	さといも		24.4
13	水	むぎごはん　牛乳		牛乳			米　大麦		
		ハヤシライス	豚肉		にんじん　パセリ トマト	玉ねぎ　エリンギ	じゃがいも　小麦粉　砂糖	豆乳マーガリン	677
		カラフルやさいソテー	ウインナー		赤ピーマン	キャベツ		米油	
		とうにゅうココアプリン	豆乳				砂糖	ココア	22.8
14	木	ごはん　牛乳		牛乳			米		
		さばのぎんがみやき	さば　みそ				砂糖　米粉		642
		じゃがいものうまに	豚肉　はんぺん		にんじん　さやいんげん	玉ねぎ　こんにゃく	じゃがいも　砂糖		
		やさいのこんぶあえ		塩こんぶ	にんじん	はくさい			29.7
15	金	むぎごはん　牛乳		牛乳			米　大麦		
		おやこに	鶏肉　卵　かまぼこ		にんじん　ねぎ	玉ねぎ　ねぎ 切り干し大根 干ししいたけ	砂糖　でんぷん		581
		ごもくきんぴら	豚肉		にんじん さやいんげん	れんこん　ごぼう こんにゃく	砂糖	ごま油	
		オレンジ				オレンジ			25.8
18	月	ごはん　牛乳		牛乳			米		
		さわらのしょうゆこうじやき	さわら						599
		ｷｬﾍﾞﾂとなまあげのみそいため	豚肉　生揚げ　みそ			キャベツ	砂糖　でんぷん	米油	
		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			31.7
19	火	☆１年生給食開始☆							
		むぎごはん　牛乳		牛乳			米　大麦		
		カレー	豚肉	牛乳	にんじん	玉ねぎ	じゃがいも		611
		ツナサラダ (わふうﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ)	ツナ			キャベツ　きゅうり コーン		ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ	
		いちご(2こ)				いちご			21.3
20	水	ごはん　牛乳		牛乳			米		
		ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞのたまねぎｿｰｽかけ	牛肉　豚肉　鶏肉			玉ねぎ	砂糖　でんぷん　パン粉		648
		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	
		かきたまじる	卵　豆腐　かまぼこ		にんじん　ねぎ	ねぎ　玉ねぎ	でんぷん		27.4
21	木	ごはん　牛乳		牛乳			米		
		きびなごのカリカリフライ (1．2ねん2こ、3ねん～3こ)		きびなご			じゃがいも　でんぷん 米粉パン粉　げん米粉	油　米油	572
		ほうれんそうのごまあえ			ほうれんそう	もやし	砂糖	ごま	
		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			23.2

春野菜を食べよう

春が旬の野菜には、ふき・たけのこ・アスパラガス・さやえんどう・新玉ねぎ・山菜などがあります。少し苦いものや独特の香りのあるものが多いです。春は動物や草木が目をさまして、活動を始める季節です。苦みや香りのある春ならではの食べものを食べて、わたしたちの体もしっかり目ざめさせましょう。


ふき


たけのこ


アスパラガス


さやえんどう


新たまねぎ


わらび


ぜんまい

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）
22	金	むぎごはん　牛乳		牛乳			米　大麦		576
		やきぎょうざ（2こ）	豚肉		にら	キャベツ　玉ねぎ	パン粉　でんぷん 小麦粉		
		はっぽうさい	豚肉　えび		にんじん チンゲンサイ	はくさい　玉ねぎ 干ししいたけ たけのこ　しょうが	でんぷん	米油　ごま油	
		ｷｬﾍﾞﾂとしらすのサラダ （こうみじおドレッシング）		しらす干し	にんじん	ｷｬﾍﾞﾂ　きゅうり　コーン		ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ	25.4
25	月	ふきいりごもくごはん　牛乳 （アルファかまい）	鶏肉　油揚げ	牛乳	にんじん	ふき　干ししいたけ	アルファ化米 アルファ化もち米		564
		いわしのうめに	いわし		赤じそ	梅肉	砂糖　でんぷん		
		きゅうりとたくあんのあえもの				きゅうり　大根漬け			
		とうふとゆばのすましじる	豆腐　湯葉		にんじん　ねぎ	だいこん　玉ねぎ えのきたけ　ねぎ			27.2
26	火	こがたロールパン　牛乳		牛乳			パン		648
		ｳｲﾝﾅｰのｹﾁｬｯﾌﾟｿｰｽかけ（2ほん）	ウインナー				砂糖　でんぷん		
		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			27.2
27	水	ごはん　牛乳		牛乳			米		606
		とりにくのからあげ	鶏肉			しょうが	でんぷん	米油	
		キャベツのゆかりあえ			赤じそ	キャベツ			
		たまねぎとじゃがいものみそしる	油揚げ　豆腐　みそ	わかめ	ねぎ	玉ねぎ　えのきたけ　ねぎ	じゃがいも		23.4
28	木	むぎごはん　牛乳		牛乳			米　大麦		617
		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	
		ワンタンスープ	鶏肉		にんじん　ねぎ チンゲンサイ	干ししいたけ 玉ねぎ　ねぎ	ワンタン皮　でんぷん		
		ヨーグルト		ヨーグルト					28.1

平均値	609
	25.9
基準値	630
	26.0

学校給食について

学校給食とは

「学校給食法」に基づき、教育活動の一環として実施されるものです。成長期にある児童生徒の心身の健全な発達のため、栄養バランスのとれた食事を提供するとともに、望ましい食習慣と食に関する実践力を身につけさせるための重要な教材としての役割も担っています。

学校給食の目標

1 適切な栄養の摂取による健康の保持増進。

2 食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営む判断力や望ましい食習慣を養う。

3 明るい社会性と協同の精神を養う。

4 自然の恩恵への理解を深め、生命、自然を尊重する精神や環境の保全に寄与する態度を養う。

5 食生活が多くの人々の勤労に支えられていることを理解し、感謝する。

6 伝統的な食文化を理解する。

7 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。

※「学校給食法」第２条より抜粋・要約

おぶちゃんマーク

25日（月）
ふきいりごもくごはん
（郷土料理）

【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
切り干し大根　チンゲンサイ
ねぎ　はくさい　パセリ
ほうれんそう　みつば
れんこん　ふき　いちご

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。

・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。