

4月 中学校給食献立表



目標
準備や後片付けをきちんとしよう

大府市立大府南中学校

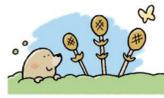
日 曜	献立名	体を作る		体の調子を整える		エネルギーになる		エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	
11月	白飯 牛乳		牛乳			米		779
	マーボー豆腐	豚肉 鶏レバー 豆腐 みそ		にんじん ねぎ	しょうが 玉ねぎ ねぎ	砂糖 でんぷん	ごま油	
	ひじきと春雨の中華和え	ささみ	ひじき	小松菜	コーン	春雨 砂糖	ごま油	
	お祝いデザート(いちごジュレ)				いちご果汁 クランベリー果汁	砂糖		30.5
12火	白飯 牛乳		牛乳			米		742
	米粉の白身魚フライ	ホキ				米粉	米油	
	青菜のおかか和え	かつお節		ほうれん草 にんじん	もやし	砂糖		
	けんちん汁	鶏肉 豆腐 油揚げ		にんじん ねぎ	ごぼう ねぎ 干し椎茸	里芋		29.2
13水	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		763
	ハヤシライス	豚肉		にんじん 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	
	カラフル野菜ソテー	ウインナー		アスパラガス	キャベツ コーン		オリーブ油	
	一口チーズ(2個)		チーズ					23.1
14木	白飯 牛乳		牛乳			米		764
	さばの銀紙焼き	さば みそ				砂糖 米粉		
	じゃがいものうま煮	豚肉 はんぺん		にんじん さやいんげん	しょうが 玉ねぎ	じゃがいも 砂糖		
	野菜の昆布和え		塩昆布		白菜			32.7
15金	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		768
	親子煮	鶏肉 かまぼこ 卵		にんじん ねぎ	玉ねぎ 干し椎茸 切り干し大根 ねぎ	砂糖 でんぷん		
	五目きんぴら	豚肉		にんじん さやいんげん	れんこん ごぼう	砂糖	ごま油 ごま	
	オレンジ				オレンジ			30.8
18月	白飯 牛乳		牛乳			米		752
	鯖のしょうゆ焼	さわら						
	キャベツと生揚げのみそ炒め	生揚げ 豚肉 みそ		にんじん	キャベツ	砂糖 でんぷん	米油	
	若竹汁	鶏肉 かまぼこ	わかめ	にんじん みつば	たけのこ 玉ねぎ えのきたけ			38.9
19火	白玉うどん 牛乳		牛乳			白玉うどん		766
	カレー南蛮	鶏肉 かまぼこ 油揚げ		にんじん ねぎ	玉ねぎ ねぎ	でんぷん		
	コロッケ			にんじん	れんこん	じゃがいも パン粉 小麦粉	米油	
	ツナサラダ(和風ドレッシング)	ツナ			キャベツ きゅうり コーン		ドレッシング	26.4
20水	白飯 牛乳		牛乳			米		794
	ハンバーグの玉ねぎソースかけ	牛肉 豚肉 鶏肉			玉ねぎ	砂糖 でんぷん パン粉		
	ひじきとたけのこの炒め物	豚肉	ひじき	にんじん さやいんげん	たけのこ	砂糖	ごま油	
	かきたま汁	豆腐 かまぼこ 卵		にんじん 小松菜	玉ねぎ 干し椎茸	でんぷん		33.5
21木	白飯 牛乳		牛乳			米		755
	きびなごのかりかりフライ(3尾)		きびなご			じゃがいも でんぷん 米粉パン粉 玄米粉	米油	
	ほうれん草のごま和え	ちくわ		ほうれん草	もやし コーン	砂糖	ごま	
	呉汁	豆乳 大豆 豚肉 豆腐 油揚げ みそ		にんじん ねぎ	ねぎ	じゃがいも		29.1
22金	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		757
	焼きぎょうざ(3個)	豚肉		にら	キャベツ 玉ねぎ	小麦粉 パン粉 でんぷん		
	八宝菜	豚肉 いか えび		にんじん チンゲンサイ	玉ねぎ たけのこ 白菜 干し椎茸 もやし しょうが	でんぷん	ごま油	
	キャベツとしらすのサラダ (香味塩ドレッシング)		しらす干し		キャベツ コーン きゅうり		ドレッシング	35.6

ご入学・ご進級おめでとうございます

今年度も引き続き、感染予防対策を取りながらの給食の時間となりますが、皆さんが安心して給食を食べられるよう、衛生管理を徹底し、心を込めておいしい給食作りに努めていきます。
1年間よろしくお願いたします。



4月 中学校給食献立表



目標
準備や後片付けをきちんとしよう

大府市立大府南中学校

日 曜	献立名	体を作る		体の調子を整える		エネルギーになる		エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	
25 月	ふき入り五目ごはん (アルファ化米) 牛乳	鶏肉 ちくわ 油揚げ	牛乳	にんじん	ごぼう ふき 干し椎茸	アルファ化米 アルファ化もち米 砂糖		764
	いわしの梅煮	いわし		赤じそ	梅肉	砂糖 でんぷん		
	きゅうりとたくあんの和え物				きゅうり キャベツ 大根漬 しょうが			
	豆腐と湯葉のすまし汁	湯葉 豆腐 かまぼこ		にんじん ねぎ	玉ねぎ えのきたけ ねぎ			
	三色団子			よもぎ		米粉 砂糖		
26 火	クロスロールパン 牛乳		牛乳			パン		782
	ウィンナーの ケチャップソースかけ(2本)	ウィンナー				砂糖 でんぷん		
	切り干し大根入り焼きそば	豚肉 ちくわ かつお節	青のり	にんじん	切り干し大根 キャベツ しょうが	めん		
	いちご(2個)				いちご		31.2	
27 水	白飯 牛乳		牛乳			米		718
	鶏肉の唐揚げ	鶏肉				でんぷん	米油	
	キャベツのゆかり和え			赤じそ	キャベツ もやし			
玉ねぎとじゃがいものみそ汁	豆腐 油揚げ みそ	わかめ	にんじん ねぎ	玉ねぎ ねぎ	じゃがいも		28.0	
28 木	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		765
	ビビンバ(肉卵そばろ)	豚肉 鶏レバー 卵			にんにく	砂糖	米油	
	ビビンバ(ナムル)			小松菜	大豆もやし 切り干し大根	砂糖	ごま油	
	ビビンバ(たれ)	みそ				砂糖	ごま油	
	ワンタンスープ	鶏肉		にんじん チンゲンサイ	たけのこ 干し椎茸 玉ねぎ	ワンタン皮		
	ヨーグルト		ヨーグルト					



25日(月)
ふき入り五目ごはん
(郷土料理)

【今月の愛知県産の野菜・くだもの】

里芋 ・ キャベツ ・ きゅうり ・ 小松菜 ・ 玉ねぎ
切り干し大根 ・ チンゲン菜 ・ ねぎ ・ 白菜 ・ ほうれん草
ふき ・ みつば ・ れんこん ・ アスパラガス ・ いちご

平均	762
	31.2
基準値	820
	34.0

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付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。

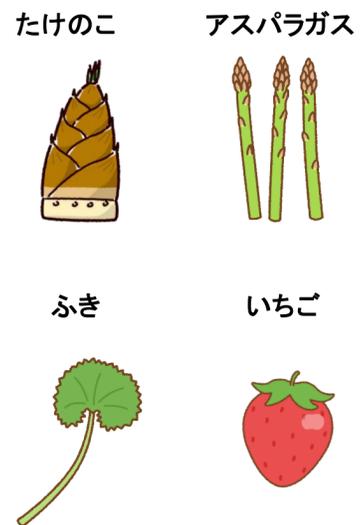
学校給食の目標

※「学校給食法」
第2条より抜粋・要約

<p>1 適切な栄養の摂取による健康の保持増進。</p>	<p>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。</p>	<p>3 明るい社会性と協同の精神を養う。</p>
<p>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。</p>	<p>5 食生活が多くの人の労働に支えられていることを理解し、感謝する。</p>	<p>6 伝統的な食文化を理解する。</p>
		<p>7 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。</p>

春が旬の食べ物を食べよう

春は、さまざまな生命が芽吹く時季で、新芽や新しい葉を食べる野菜などが多く出回ります。たけのこやふきのとう、うどなど少し苦みがある野菜もありますが、春の味を味わってみましょう。



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。是非、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。

