



# 令和6年4月分献立一覧表(小学校)



蒲郡市学校給食センター

実施日	除去対応給食	献立名	食べ物のほたらき			えいようか	おしらせ	
			(赤) おもに体をつくる食品	(緑) おもに体の調子を整える食品	(黄) おもにエネルギーになる食品			
			肉類、魚介類、乳類 卵類、豆、大豆製品 かいそう類	緑黄色野菜	その他の野菜 きのこ類 くだもの			
9/火		ごはん 牛乳 マーボー豆腐 しゅうまい もやしのナムル	牛乳 豆腐 豚ももひき肉 豚レバー 赤みそ 白みそ 豚肉 とり肉	にんじん	白ねぎ しょうが たまねぎ たまねぎ もやし きゅうり	米 米サラダ油 さとう でんぶん しゅうまいの皮 ごま油	561 24.6	しゅうまい (2コ)
		ごはん 牛乳 春野菜のスープ とりハムカツ じゃがいもの炒め物	牛乳 とりむね肉 豆腐 とり肉 ウインナー	にんじん	キャベツ たまねぎ むき枝豆	米 米サラダ油 じゃがいも 米粉 なたね油 じゃがいも 米サラダ油	559 20.1	
10/水		ごはん 牛乳 豚肉と野菜の和風炒め さばの照り焼き 蒲郡デコボン	牛乳 豚もも肉 揚げはん さば	にんじん さやいんげん	キャベツ たまねぎ 蒲郡デコボン	米 米サラダ油 さとう さとう でんぶん	580 25.3	蒲郡デコボン：ビニール手袋で配りましょう。皮はビニール袋に入れて返しましょう。
		ごはん 牛乳 ポークカレー 福神漬け フルーツのいちごゼリーあえ	牛乳 豚もも肉	にんじん パセリ	たまねぎ だいこん うり なす きゅうり れんこん アロエ バイナップル おうとう	米 麦 じゃがいも 米サラダ油 カレールウ いちごゼリー	598 17.8	
11/木		ごはん 牛乳 麩のすまし汁 焼きウインナー 肉じゃが	牛乳 とりむね肉 かまぼこ ウインナー 豚もも肉	にんじん ほうれん草	干しいたけ たまねぎ グリンピース	米 おつゆふ じゃがいも 米サラダ油 さとう	607 27.8	焼きウインナー (2コ)
		ごはん 牛乳 豚汁 コロッケ キャベツのたくあんあえ	牛乳 豚もも肉 豆腐 合わせみそ 豚肉 牛肉	にんじん	はくさい えのきたけ 白ねぎ たまねぎ キャベツ たくあん漬け きゅうり	米 じゃがいも パン粉 なたね油	584 21.8	
12/金		あいちの米粉パン 牛乳 豆乳コーンスープ ハンバーグのトマトソースかけ マカロニと野菜のソテー	牛乳 とりむね肉 豆乳 豚肉 とり肉 ウインナー	にんじん パセリ	たまねぎ クリームコーン とうもろこし たまねぎ エリンギ キャベツ	あいちの米粉パン じゃがいも 米粉のホワイトルウ 米サラダ油 さとう マカロニ 米サラダ油	622 28.1	豆乳コーンスープ：乳不使用です。
		ごはん 牛乳 五目きんぴら いわしのしょうが煮 枝豆サラダ	牛乳 とりむね肉 揚げはん いわし まぐろ	にんじん さやいんげん	ごぼう 突きこんにゃく しょうが むき枝豆 キャベツ とうもろこし	米 米サラダ油 さとう さとう	583 25.1	
15/月		ごはん 牛乳 はるさめスープ 春巻き ピピンパ	牛乳 とりむね肉 なた巻き 豚肉 豚ももひき肉	チンゲンサイ	エリンギ キャベツ キャベツ もやし 切り干しだいこん もやし	米 はるさめ ごま油 春巻きの皮 なたね油 さとう 米サラダ油 ごま油	573 20.5	
		(入学・進級お祝い献立) ごはん 牛乳 たまねぎのスープ あじフライ マルモのミニトマト 蒲郡みかんゼリー	牛乳 とりむね肉 あじ	にんじん チンゲンサイ	エリンギ たまねぎ 蒲郡のミニトマト 蒲郡みかんゼリー	米 米サラダ油 パン粉 小麦粉 なたね油	565 20.8	
16/火		ごはん 牛乳 豆腐のみそ汁 肉団子の甘酢あん 切り干し大根の煮付け	牛乳 豆腐 わかめ 油揚げ 赤みそ 白みそ とり肉 とりむね肉	にんじん	はくさい しめじ 白ねぎ たまねぎ 切り干しだいこん グリンピース	じゃがいも さとう 米サラダ油 さとう	550 24.9	肉団子の甘酢あん (2コ)
		ごはん 牛乳 八宝菜 愛知の恵みぎょうざ 海藻サラダ	牛乳 豚もも肉 豚肉 ひじき 茎わかめ	にんじん チンゲンサイ にんじん 赤ピーマン	しょうが キャベツ たまねぎ 干しいたけ たまねぎ れんこん きゅうり	米 米サラダ油 さとう でんぶん ぎょうざの皮 なたね油 中華ドレッシング	568 19.4	
17/水		ごはん 牛乳 鶏肉と豆と野菜のうま煮 キャベツ入り平つくね ポテトサラダ	牛乳 とりむね肉 大豆 すり身ボール とり肉	にんじん さやいんげん	ごぼう こんにゃく キャベツ きゅうり とうもろこし	米 米サラダ油 さとう 米サラダ油 じゃがいも マヨネーズドレッシング	592 24.9	マヨネーズドレッシング (クラス1本)
		ごはん 牛乳 けんちん汁 揚げ若鶏のレモン煮 ごまあえ	牛乳 豆腐 油揚げ とりむね肉 チンゲンサイ 蒲郡の葉ねぎ	にんじん	ごぼう だいこん こんにゃく 白ねぎ レモン キャベツ	米 でんぶん なたね油 さとう 白すりごま	591 27.2	
18/木		ごはん 牛乳 白みそ汁 キャベツ入りメンチカツ にんじん飯の具	牛乳 豆腐 白みそ 牛肉 豚肉 とりもも肉 油揚げ ちくわ		しめじ だいこん 白ねぎ キャベツ たまねぎ 干しいたけ 突きこんにゃく	米 じゃがいも パン粉 なたね油 米サラダ油 さとう	599 24.0	にんじん飯の具：ごはんに混ぜて食べましょう。
		今月の給食回数 15回	※材料は都合により変更することがあります。※(葉)は業者配送です。			今月の平均栄養価	582 23.5	

## おたよりコーナー

にゅうがく しんきゅう  
ご入学・ご進級おめでとうございます

春の暖かな陽気に包まれる中、新年度を迎えました。  
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、さまざまなことを学ぶ教材となるものです。新鮮な食材を取り入れ、安全や衛生管理に配慮しながら、おいしい給食作りに努めています。

給食は、主食・主菜・副菜・牛乳で組み立てられています。

**主菜**

魚・肉・卵・大豆製品など、おもに体をつくるものとなる食品を多く使った料理。

**牛乳**

骨や歯をつくるもとになるカルシウムを多く含むもの。

**副菜**

野菜や豆類、いも類、きのこ類、かいそう類など、おもに体の調子を整えるものとなる食品を多く使った料理。

食器は強化磁器です。(割れやすいので、大切に扱きましょう)

\* 今月の卵アレルギー対応給食はありませんが、卵の含まれる食品は給食に出ます。「アレルギー一覧表」で確認してから食べましょう。  
\* 給食のお米は設楽町産で「チヨニシキ」という品種です。

## 入学・進級お祝い給食 22日(月)

ごはん・牛乳・たまねぎのスープ  
あじフライ・マルモのミニトマト・蒲郡みかんゼリー

フルーツのような甘さが特徴です。蒲郡で作られており、7月まで毎月1回登場します。

がまごりさん しよくざい しょうかい  
蒲郡産の食材を紹介します!!

11日(木) 蒲郡デコボン  
今月のデコボンは「樹熟デコボン」と呼ばれ、糖度が13%以上の甘くて貴重なデコボンです。

あさ ごはんを食べて学校へ行こう  
しっかり勉強! 元気に運動!! 笑顔で友達とも仲良しに!!!  
毎月19日は食育の日です ~ おうちでごはんの日 ~