

令和6年 4月分 学校給食予定献立表

＜今月の献立テーマ＞

春の食べ物を食べよう

東海市立学校給食センター

中学校



日曜	献立名	主な材料とその働き						エネルギー たんぱく質
		赤 体を作る		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 魚・肉・卵・大豆・大豆製品	2群 牛乳・乳製品・小魚・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物・きのこ	5群 米・パン・めん・いも・砂糖	6群 油脂・種実	
9	火	ご飯 牛乳 さんまの銀紙焼き キャベツとたくあんの和え物 沢煮椀 お祝いクレープ	さんま みそ ぶた肉 豆乳	牛乳		キャベツ きゅうり 大根 げげ ごぼう 大根 たけのこ しいたけ ねぎ いちご	米 さとう 米粉 さとう	806 29.8
10	水	スライスパン 牛乳 コロケのソースかけ◎ 野菜ソテー◎ ミネストローネ	ぶた肉 牛肉 ベーコン とり肉 大豆	牛乳	にんじん ピーマン にんじん トマト	玉ねぎ キャベツ もやし 玉ねぎ セロリ にんにく	さとう 米粉 スライスパン じゃがいも パン粉 小麦粉 さとう	796 30.9
11	木	ご飯 牛乳 焼き肉風炒め 玉ふ汁 ヨーグルト	ぶた肉 とり肉 かまぼこ とうふ 油あげ	牛乳	にんじん ピーマン にんじん ねぎ	にんにく しょうが 玉ねぎ キャベツ 玉ねぎ えのきたけ ねぎ	米 さとう ふ	804 32.8
12	金	ご飯 牛乳 愛知県産食材入り 揚げぎょうざ 3個 野菜のナムル 野菜のピリ辛ひき肉煮	ぶた肉 ぶた肉 生あげ	牛乳	にんじん 小松菜 にんじん にんじん チンゲンサイ	玉ねぎ れんこん 切干し大根 にんにく しょうが 玉ねぎ 大根 れんこん きくらげ	米 でんぷん さとう 小麦粉 さとう さとう でんぷん	817 27.1
15	月	ご飯 牛乳 さばの塩焼き 小松菜とひじきの和え物 なめこ汁	さば ぶた肉 とうふ 油あげ みそ	牛乳	ひじき 小松菜 にんじん にんじん ねぎ	もやし 玉ねぎ 大根 なめこ ねぎ	米 さとう	760 28.6
16	火	麦ご飯 牛乳 カレーライス ウインナー ツナサラダ 卵無しマヨネーズ(クラス用)	ぶた肉 チキンウインナー ツナ	牛乳	にんじん	玉ねぎ グリンピース キャベツ きゅうり コーン	米 麦 じゃがいも 米粉 でんぷん	872 29.6
17	水	ご飯 牛乳 マーボー豆腐 春雨とひじきのごま酢和え ごま無し乾燥小魚	ぶたレバー 大豆ミート ぶた肉 みそ とうふ ツナ	牛乳	トマト ねぎ にんじん にんじん 小松菜	玉ねぎ しょうが にんにく ねぎ コーン	米 さとう でんぷん さとう 春雨 さとう ごま ごま油	831 37.1
18	木	クロスロールパン 牛乳 ハンバーグのケチャップソースかけ コーンポタージュ フルーツポンチ	とり肉 ぶた肉 ベーコン	牛乳	にんじん	玉ねぎ 玉ねぎ コーン	さとう でんぷん さとう でんぷん じゃがいも 米粉 でんぷん	893 30.3
19	金	ご飯 牛乳 鶏肉の玉ねぎソースかけ 小松菜と切干し大根の和え物 凍り豆腐とふきのうま煮	とり肉 ツナ ぶた肉 はんぺん こおりとうふ	牛乳	小松菜 にんじん にんじん	玉ねぎ 切干し大根 ごぼう れんこん ふき 大根 こんにゃく しいたけ	米 さとう でんぷん さとう さとう	774 31.9
22	月	ご飯 牛乳 あじフライのレモンしょうゆかけ チキンサラダ 和風ドレッシング(クラス用) 玉ねぎのみそ汁	あじ とり肉 ぶた肉 油あげ とうふ みそ	牛乳	にんじん ねぎ	レモン キャベツ きゅうり コーン 玉ねぎ えのきたけ ねぎ	米 麦 じゃがいも でんぷん 小麦粉 さとう 和風ドレッシング	786 31.7
23	火	麦ご飯 牛乳 卵無しピピンパの具★ えびしゅうまい 3個 中華春雨スープ ソフトめん 牛乳	ぶた肉 大豆 みそ すけとうだら えび とり肉 とうふ	牛乳	小松菜 にんじん にんじん	もやし にんにく 玉ねぎ きくらげ 白菜 コーン 切干し大根	米 麦 さとう でんぷん 小麦粉 春雨	801 32.0
24	水	ミートソース 白身魚フリッター 2個 ハムとキャベツのサラダ	ぶた肉 ぶたレバー すけとうだら ハム けずり節粉	牛乳	にんじん トマト	玉ねぎ グリンピース にんにく キャベツ コーン きゅうり	さとう でんぷん 米粉 でんぷん 小麦粉 米粉 さとう	806 36.4
25	木	ご飯 牛乳 キャベツ入りミンチカツ 切干し大根と豚肉の煮物 若竹汁	牛肉 ぶた肉 ちくわ ぶた肉 油あげ とり肉 とうふ	牛乳	にんじん にんじん ねぎ	キャベツ 玉ねぎ 玉ねぎ 切干し大根 えだ豆 たけのこ しいたけ ねぎ	米 でんぷん パン粉 小麦粉 さとう	799 28.9
26	金	ご飯 牛乳 いわしの梅煮 野菜のおかか和え 肉じゃが	いわし けずり節 ぶた肉 はんぺん	牛乳	赤しそ 小松菜 にんじん さやいんげん	梅 もやし 白菜 玉ねぎ こんにゃく	米 さとう でんぷん さとう じゃがいも さとう	783 31.8
30	火	ご飯 牛乳 まぐろとじゃがいもの 和風ケチャップがらめ キャベツのゆかり和え 豚汁	まぐろ ぶた肉 とうふ 油あげ みそ	牛乳	赤しそ にんじん ねぎ	キャベツ もやし 大根 ごぼう ねぎ	米 でんぷん 米粉 じゃがいも さとう さとう	751 29.3

※食物アレルギーに関して学校給食の対応が必要な方は、アレルギー対象食品使用献立一覧表をご確認ください。

★のついたぐは、ごはんにのせてませながらたべましょう。 ◎のついたおかずは、パンにはさんでたべましょう。

給食回数	830
15回	基準値 34.2

10日(水)  
トマトの日  
ミネストローネ

19日(金)  
東海市  
もぐもぐ食育デー

**保護者の方へ**  
 学校給食センターでは、子どもたちの健やかな成長を願って、職員一同、安全でおいしい給食作りに努めています。  
 献立表は、毎月1回配布します。ご家庭の食事で同じ献立が重ならないよう、また献立を考える時の参考にしてください。



今月の愛知県産の食べ物

キャベツ・きゅうり・セロリ・だいこん・たまねぎ・チンゲンサイ・にんじん・ねぎ・はくさい・ふき・れんこん  は東海市産