



令和7年 学校給食4月分予定献立表



知多市立八幡給食センター

小学校

日 曜	献立名	主な材料とその働き						エネルギー (kcal)
		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		たんばく質 (g)
		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	
11 金	ごはん ぎゅうにゅう		牛乳			米		577
	チキンナゲット 2こ	とり肉			でんぶん 米粉	油		
	キャベツのあかじそあえ			しそ	キャベツ		25.4	
	たまねぎのみそしる	ぶた肉 豆腐 油揚げ みそ	わかめ	ねぎ	玉ねぎ エリンギ ねぎ	じゃがいも		
	おいおいさくらのジュレ					砂糖		
14 月	ごはん ぎゅうにゅう		牛乳			米		657
	さばのしおやき	さば						29.2
	にくじゃが	ぶた肉 さつまあげ		にんじん	玉ねぎ グリンピース こんにゃく	じゃがいも 砂糖	油	
	きゅうりのこんぶあえ		こんぶ		きゅうり			
15 火	ごはん ぎゅうにゅう		牛乳			米		631
	キャベツいりメンチカツ	牛肉 ぶた肉			キャベツ 玉ねぎ	小麦粉 パン粉	油	24.5
	ぶたにくのすきやきふうに	ぶた肉 かまぼこ 豆腐		にんじん ねぎ	こんにゃく 玉ねぎ ねぎ	砂糖	油	
	オレンジ				オレンジ			
16 水	ミルクロールパン ぎゅうにゅう		牛乳			パン		619
	たらのハーブやき	たら						33.4
	ポークビーンズ	大豆 ぶた肉		にんじん	玉ねぎ	じゃがいも 砂糖	油	
	ごぼうサラダ	ツナ			ごぼう キャベツ きゅうり コーン		ごまドレッシング	
17 木	ソフトめん ぎゅうにゅう		牛乳			ソフトめん		578
	さんさいいりわふうかけじる	とり肉 かまぼこ 油揚げ		にんじん ねぎ	たけのこ わらび しめじ なめこ 干しいたけ ねぎ	でんぶん		30.4
	あつやきたまご	たまご				砂糖 でんぶん		
	やさいのおかかあえ	かつおぶし		小松菜	はくさい	砂糖		
18 金	むぎごはん ぎゅうにゅう		牛乳			米 大麦		606
	あいちけんさんしよくざいいり ぎょうざ 2こ	ぶた肉		にんじん	玉ねぎ れんこん	小麦粉 でんぶん		
	ピビンバ	ぶた肉		にんじん 小松菜	にんにく もやし	砂糖	ごま油	
	わかめスープ	とり肉 豆腐	わかめ	にんじん ねぎ	たけのこ コーン ねぎ	でんぶん		25.1
	ヨーグルト		ヨーグルト					
21 月	ごはん ぎゅうにゅう		牛乳			米		578
	ひじきごはんのぐ	ちくわ	ひじき	にんじん	グリンピース	砂糖		23.4
	はんぺんのおこのみあげ	はんぺん		ねぎ	しょうが ねぎ	小麦粉	油	
	ごじる	大豆 豆乳 ぶた肉 油揚げ みそ		にんじん ねぎ	ごぼう 大根 ねぎ			
22 火	ごはん ぎゅうにゅう	1年生の給食が始まります	牛乳			米		663
	こめこのカレーライス	ぶた肉	スキムミルク	にんじん	玉ねぎ グリンピース	じゃがいも	油	24.7
	やきウインナー	ウインナー						
	ツナサラダ	ツナ			キャベツ きゅうり コーン		ノンエッグマヨネーズ	
23 水	むぎごはん ぎゅうにゅう		牛乳			米 大麦		602
	しゅうまい 2こ	ぶた肉			玉ねぎ	パン粉 でんぶん 小麦粉		27.8
	マーボーどうふ	豆腐 ぶた肉 みそ		にんじん ねぎ	玉ねぎ しょうが にんにく ねぎ	砂糖 でんぶん	油 ごま油	
	やさいのナムル			小松菜	もやし	砂糖	ごま油 ごま	
24 木	ごはん ぎゅうにゅう		牛乳			米		583
	たらフライのレモンソースかけ	たら			レモン果汁	小麦粉 パン粉 でんぶん 砂糖	油	24.7
	こまつなごまあえ	ツナ		小松菜	もやし	砂糖	ごま	
	みだくさんじる	ぶた肉 油揚げ 豆腐	わかめ	にんじん ねぎ	玉ねぎ ねぎ	じゃがいも でんぶん		

★ つぎのページへつづきます

今月の愛知県産の食材



米



牛乳



小松菜



きゅうり



キャベツ



卵



玉ねぎ

日 曜	献立名	主な材料とその働き						エネルギー (kcal)
		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	2群	3群	4群	5群	6群	たんぱく質 (g)
		魚・肉・卵・大豆・大豆製品	牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・めん・いも・砂糖	油脂・種実	
25 金	ミルクロールパン ギゆうにゆう		牛乳			パン		610
	チキンハムステーキ	ぶた肉 とり肉						
	はるやさいのクリームスープ	とり肉	牛乳 スキムミルク 生クリーム	にんじん パセリ	玉ねぎ	じゃがいも 小麦粉	バター 油	26.5
	コールスローサラダ			にんじん	コーン キャベツ		ドレッシング	
28 月	むぎごはん ギゆうにゆう		牛乳			米 大麦		630
	コロッケ	ぶた肉 牛肉		にんじん パセリ	玉ねぎ	じゃがいも 小麦粉 パン粉	油	
	やさいとツナのあえもの	ツナ		小松菜 にんじん	キャベツ	砂糖		24.4
	ぶたじる	ぶた肉 豆腐 みそ		にんじん ねぎ	大根 ねぎ	じゃがいも		
30 水	ごはん ギゆうにゆう		牛乳			米		617
	ハンバーグのたまねぎソースかけ	とり肉 ぶた肉			玉ねぎ	砂糖 でんぷん	大豆油	
	ひじきとだいずのいたために	大豆 とり肉	ひじき	にんじん さやいんげん		砂糖	油	27.8
	かきたまじる	たまご 豆腐 かまぼこ		にんじん ねぎ	玉ねぎ 干しいたけ ねぎ	でんぷん		

※都合により献立を変更することがあります。※調味料やだし等については記載していません。

給食時間の過ごし方

全員が安心して、楽しく給食を食べられるよう、一人一人が安全や衛生に気を付けることが大切です。また、給食は決められた時間内に食べ終わることはなりませんので、食べるための時間をしっかり確保できるように、協力して準備を行いましょう。



給食の前に、必ず手をきれいに洗いましょう。



給食当番の人は身支度をしっかり整え、協力して準備をしましょう。



一人分を考えて丁寧に盛り付けましょう。



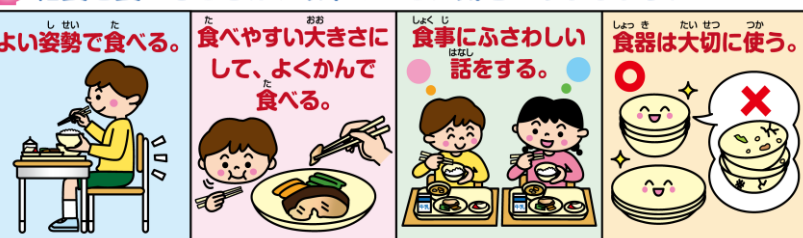
食べているときは…



給食が始まります！

あせらずに、よくかんで味わっていただきます。

給食を食べるときは、以下のことに気をつけましょう。



給食では旬の食品を取り入れているため、皮付きの果物や、骨のある魚が登場します。初めて食べる食品もあるかもしれません。ご家庭で食べ方をおしえていただけると、お子さまが自信をもって食べることができます。

毎月の献立表をご活用ください。

