

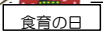


令和7年 学校給食4月分予定献立表



知多市立八幡給食センター

中学校

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		たんぱく質 (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	白飯 牛乳		牛乳			米		757
		チキンナゲット 3個	とり肉				でんぶん 米粉	油	
		キャベツの赤じそあえ			しそ	キャベツ			32.3
		たまねぎのみそ汁	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		
		お祝いさくらのジュレ					砂糖		
14	月	白飯 牛乳		牛乳			米		832
		さばの塩焼き	さば						
		肉じゃが	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	35.1
		きゅうりの昆布あえ		こんぶ		きゅうり			
15	火	白飯 牛乳		牛乳			米		790
		キャベツ入りメンチカツ	牛肉 ぶた肉			キャベツ 玉ねぎ	小麦粉 パン粉	油	
		豚肉のすき焼き風煮	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	28.9
		オレンジ				オレンジ			
16	水	ミルクロールパン 牛乳		牛乳			パン		764
		たららのハーブ焼き	たら						
		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	40.4
		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 牛乳		牛乳			ソフトめん		755
		山菜入り和風かけ汁	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		
		厚焼き卵	たまご				砂糖 でんぶん		38.0
		野菜のおかかあえ	かつおぶし		小松菜	はくさい	砂糖		
18	金	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		772
		愛知県産食材入りぎょうざ 3個	ぶた肉 		にんじん	玉ねぎ れんこん	小麦粉 でんぶん		
		ビビンバ	ぶた肉 		にんじん 小松菜	にんにく もやし	砂糖	ごま油	30.0
		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		
		ヨーグルト		ヨーグルト					
21	月	白飯 牛乳		牛乳			米		749
		ひじきご飯の具	ちくわ	ひじき	にんじん	グリンピース	砂糖		
		はんぺんのお好み揚げ	はんぺん		ねぎ	しょうが ねぎ	小麦粉	油	30.7
		呉汁	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			
		乾燥小魚		かたくちいわし			砂糖		
22	火	白飯 牛乳		牛乳			米		883
		米粉のカレーライス	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	
		焼きウインナー 2本	ウインナー						31.8
		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	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		778
		しゅうまい 3個	ぶた肉			玉ねぎ	パン粉 でんぶん 小麦粉		
		マーボー豆腐	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	34.2
		野菜のナムル			小松菜	もやし	砂糖	ごま油 ごま	
24	木	白飯 牛乳		牛乳			米		739
		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	
		小松菜のごまあえ	ツナ		小松菜	もやし	砂糖	ごま	29.2
		実だくさん汁	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



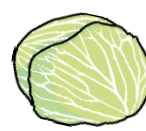
牛乳



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	
		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	たんぱく質 (g)
25 金	ミルクロールパン 牛乳		牛乳			パン		755
	チキンハムステーキ	ぶた肉 とり肉						
	春野菜のクリームスープ	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	32.4
	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	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		791
	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	
	野菜とツナのあえもの	ツナ		小松菜 にんじん	キャベツ	砂糖		28.5
	豚汁	ぶた肉 豆腐 みそ		にんじん ねぎ	大根 ねぎ	じゃがいも		
30 水	白飯 牛乳		牛乳			米		793
	ハンバーグの玉ねぎソースかけ	とり肉 ぶた肉			玉ねぎ	砂糖 でんぷん	大豆油	
	ひじきと大豆の炒め煮	大豆 とり肉	ひじき	にんじん さやいんげん		砂糖	油	33.9
	かきたま汁	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えなくてはなりませんので、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。



食べているときは…



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。



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。

