



令和5年4月分 献立予定表



武豊町学校給食センター

『毎月19日は「食育の日～おうちごはんの日」です』

日付	曜日	こ ん だ て め い	体をつくるもとになる食品		体の調子をととのえるもとになる食品		エネルギーのもとになる食品		小	中
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	エネルギー (kcal)	
			魚・肉・卵・豆・豆製品	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)	
11	火	わかめごはん 牛乳		牛乳 わかめ			ごはん		661	834
		ごぼういりつくね(小2中3こ)	鶏肉			玉ねぎ ごぼう 生姜	砂糖			
		きりぼしだいこんのふくめに	鶏肉 さつま揚げ		にんじん さやえんどう	切り干し大根	砂糖	油		
		しんたまねぎのみそしる	豆腐 油揚げ みそ	わかめ	ねぎ	玉ねぎ えのきたけ ねぎ			23.5	29.4
		はなみだんご			よもぎ		米粉 砂糖			
12	水	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		658	827
		さばぎんがみやき	さば みそ				砂糖			
		ちぐさあえ	ハム		小松菜	キャベツ とうもろこし	砂糖		30.3	36.5
		はるやさいのうまに	鶏肉 さつま揚げ		にんじん	たけのこ 玉ねぎ ふき こんにゃく 干し椎茸	じゃがいも 砂糖	油		
13	木	クロスロールパン 牛乳		牛乳			パン		663	832
		とりにくのバジルやき	鶏肉		バジル	にんにく		油		
		ポテトサラダ(ノンエッグマヨネーズ)	ハム			きゅうり	じゃがいも	ノンエッグマヨネーズ	29.2	35.7
		ミネストローネ	ソーセージ 大豆		にんじん トマト	玉ねぎ エリンギ	マカロニ			
14	金	むぎごはん 牛乳		牛乳			麦ごはん		631	791
		ビビンバ(にん・たまご)	豚肉 卵 みそ			玉ねぎ 生姜 にんにく	砂糖	油		
		ビビンバ(やさい)			小松菜 にんじん	大豆もやし	砂糖	ごま油	25.4	31.0
		ワンタンスープ	鶏肉		にんじん ねぎ	たけのこ 玉ねぎ ねぎ とうもろこし	ワンタン皮			
		コーヒーぎゅうにゅうのもと					砂糖			
17	月	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		652	804
		さわらのごまだれかけ	さわら			生姜	砂糖 でんぷん	ごま 油		
		たくあんあえ			にんじん	大根 キャベツ	砂糖		30.1	35.4
		さわにわん	豚肉 豆腐 油揚げ		にんじん ねぎ	大根 ごぼう 干し椎茸 ねぎ				
		ヨーグルト		ヨーグルト						
18	火	サンドイッチロールパン 牛乳		牛乳			パン		632	795
		ソーセージのケチャップソースかけ	ソーセージ				砂糖 でんぷん	油		
		スナップえんどうのサラダ(イタリアンドレッシング)	ツナ		スナップえんどう	キャベツ とうもろこし		ドレッシング	27.1	33.6
		こめこマカロニスープ	鶏肉		にんじん	玉ねぎ エリンギ	じゃがいも 米粉マカロニ			
19	水	ちゅうかめん 牛乳		牛乳			中華めん		690	847
		とんこつラーメンのスープ	豚肉		にんじん ねぎ	白菜 玉ねぎ たけのこ 干し椎茸 とうもろこし ねぎ				
		あじフリッター(小2中3こ)	あじ	おきあみ あおさ			小麦粉	油	28.2	34.2
		ナムル	ハム		小松菜 にんじん	大豆もやし	砂糖	ごま油 ごま		
20	木	むぎごはん 牛乳		牛乳			麦ごはん		643	804
		カレーライス	豚肉		にんじん	玉ねぎ エリンギ	じゃがいも	油		
		ツナサラダ(ごまドレッシング)	ツナ			キャベツ とうもろこし きゅうり		ごまドレッシング	21.9	26.4
		ふくじんづけ			しそ	大根 かり なす れんこん 生姜 きゅうり なた豆	砂糖			
21	金	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		672	839
		コロッケ	豚肉 牛肉		にんじん パセリ	玉ねぎ	じゃがいも パン粉 小麦粉	油		
		キャベツのおかかあえ	ツナ	かつおぶし	にんじん	キャベツ とうもろこし	砂糖		24.0	28.8
		ぶたじる	豚肉 豆腐 油揚げ みそ		にんじん ねぎ	ごぼう 玉ねぎ えのきたけ ねぎ				
24	月	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		629	798
		とりにくのたつたあげ	鶏肉				小麦粉 でんぷん	油		
		ひじきのごしきに	豚肉 さつま揚げ	ひじき	にんじん	とうもろこし 枝豆	砂糖	油	24.7	30.1
		たまふじる	豆腐 油揚げ		にんじん ねぎ	玉ねぎ えのきたけ ねぎ	玉ふ			



令和5年4月分 献立予定表



『毎月19日は「食育の日～おうちごはんの日」です』

武豊町学校給食センター

日付	曜日	こんだてめい	体をつくるもとになる食品		体の調子をととのえるもとになる食品		エネルギーのもとになる食品		小	中		
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)		
			魚・肉・卵・豆・豆製品	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	火	むぎごはん 牛乳		牛乳				麦ごはん		688	866	
		マーボー豆腐	豚肉 豆腐 みそ		にんじん ねぎ	玉ねぎ 生姜 ねぎ		砂糖 でんぷん				
		はるまき	豚肉		にんじん いら	キャベツ もやし エリンギ		小麦粉	油 ごま油	25.4	30.7	
		パンサンスー	鶏肉		にんじん	もやし きゅうり		砂糖	油			
26	水	ミルクロールパン 牛乳		牛乳				パン		661	838	
		ハンバーグのトマトソースかけ	鶏肉 豚肉		トマト	玉ねぎ		砂糖 でんぷん	油			
		コーンスープ	鶏肉	牛乳	にんじん	玉ねぎ エリンギ とうもろこし				27.9	34.8	
		フルーツのゼリーあえ	豆乳			もも パイナップル みかん りんご ぶどう		砂糖				
27	木	ごはん 牛乳		牛乳				ごはん		684	838	
		いわしのしょうがに	いわし			生姜		砂糖				
		にくじゃが	豚肉 さつま揚げ		にんじん さやいんげん	玉ねぎ こんにゃく		じゃがいも 砂糖	油	25.3	29.4	
		きりぼしだいこんのごまずあえ	ツナ		にんじん	切り干し大根 キャベツ		砂糖	ごま ごま油			
28	金	ごはん 牛乳		牛乳				ごはん		666	866.0	
		あげぎょうざ(小2こ中3こ)	豚肉		いら	キャベツ 玉ねぎ にんにく		パン粉 小麦粉	油			
		パンパンジーサラダ(パンパンジードレッシング)	鶏肉			キャベツ きゅうり			油 ドレッシング			
		ちゅうかごもくスープ	ベーコン		にんじん ねぎ	玉ねぎ たけのこ ねぎ とうもろこし 干し椎茸			春雨	20.8	25.5	

※加工食品の食材は、主な原料を表記しています。

給食予定回数 14回

平均値	659	827
	26.0	31.5
基準値	650	830
	26.0	34.0

給食だより

ご入学・ご進学おめでとうございます。給食センターでは、子どもたちの健やかな成長を支えるために、栄養バランスのとれた給食の献立を目指し、安全や衛生にも配慮しながら、心を込めておいしい給食を提供していきます。

給食開始日

中学生・小学校2年～6年生 11日(火)

小学校1年生 20日(木)

武豊町の学校給食

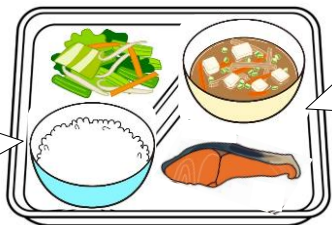
牛乳

- 毎日1本(200ml) つきます。愛知県産の牛乳を使用しています。
- 成長期に欠かせないカルシウムやたんぱく質を効率よくとることができます。



主食

- 米は愛知県産「あいちのかおり」です。パンやめんには、愛知県産小麦「ゆめあかり・きぬあかり」を50～100%使用しています。
- パンは週1～2回、めんは月1～2回出ます。



おかず

- 主菜、副菜、汁物等を給食センターで作ります。果物やデザートが出る日もあります。
- 地元の食材や旬の食材を積極的に取り入れています。
- 家庭でとりにくい魚介類・豆類・海そう類などを多く取り入れています。
- 素材の味を生かすように薄味を心がけています。

給食費
小学校 250円
中学校 290円

こんなことにも気を付けています

- 安全な給食を提供するため、学校給食の衛生管理基準に沿って調理をしています。食材も良質で安全なものを選定しています。
- unnecessaryな食品添加物(保存料・合成着色料など)が含まれているものは使用しません。

牛乳の栄養

成長期にとりたいカルシウムがいっぱい

牛乳200mL中のカルシウム量は約227mgです。成長期は体をつくるためにカルシウムが必要です。カルシウムが豊富な牛乳は、毎日飲んでほしい食品です。

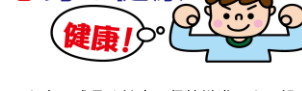
給食等を通して学び、身に付けたいこと(食育の視点)

食事の重要性



食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。

心身の健康



心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。

食品を選択する能力



正しい知識・情報に基づいて、食品の品質及び安全性等について自ら判断できる能力を身に付ける。

感謝の心



食べ物を大事にし、食料の生産等に関わる人々へ感謝する心をもつ。

社会性



食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付ける。

食文化



各地域の産物、食文化や食に関わる歴史等を理解し、尊重する心をもつ。

4月に使う地元産の食材

〈武豊町〉 みそ 卵

〈知多半島〉 キャベツ きゅうり 新玉ねぎ

〈愛知県〉 米 牛乳 豚肉 うずら卵
にんじん ねぎ