



令和4年4月 学校給食献立表

北名古屋市給食センター

日曜	献立名	体内での働き						エネルギー (kcal) 小中		
		〔赤〕 主に体をつくるもとになる食品		〔緑〕 主に体の調子を整えるもとになる食品		〔黄〕 主にエネルギーのもとになる食品				
		1群	2群	3群	4群	5群	6群			
		魚・肉・卵・大豆・大豆製品	牛乳・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他野菜・きのこ・果物	穀類・いも類・さとう	油脂・種実類			
11月	ごはん 牛乳	豆腐の田楽	豆腐 豆みそ	牛乳			ごはん さとう でんぷん	550 722		
		和風サラダ	まぐろ油漬け		にんじん	キャベツ きゅうり			和風ドレッシング	
		桜の吉野汁	鶏肉 型抜きかまぼこ		にんじん	だいこん ねぎ えのきたけ			じゃがいも でんぷん	
12火	ごはん 牛乳	コロッケ	豚肉 牛肉 大豆たんぱく	牛乳		たまねぎ	ごはん じゃがいも 小麦粉	655 835		
		豚すき焼き	豚肉 豆腐		にんじん	はくさい ねぎ えのきたけ こんにやく	角ふ さとう		なたね油	
		味付けのり		のり						
13水	ごはん 牛乳	鶏肉のてり焼き	鶏肉	牛乳			ごはん さとう でんぷん	581 748		
		白あえ	豆腐		ほうれんそう にんじん	干しいたけ こんにやく	さとう		ごま	
		合わせみそ汁	豆腐 油揚げ 豆みそ 米みそ	わかめ		はくさい だいこん ねぎ				
14木	ロールパン 牛乳	あらびきボロニアハム	ハム	牛乳			ロールパン	680 833		
		サワーキャベツ				キャベツ きゅうり レモン	さとう			
		クリームスープ	鶏肉	牛乳	にんじん パセリ	たまねぎ はくさい			じゃがいも ホワイトルウ 生クリーム	
15金	うどん 牛乳	山菜きつねうどん	油揚げ かまぼこ	牛乳	こまつな にんじん	わらび みず なめこ えのきたけ 干しいたけ ねぎ	うどん	659 796		
		鮭と大豆のべっこうがらめ	さけ 大豆 豆みそ		さやいんげん		でんぷん さとう		なたね油	
		きよみ				きよみ				
小1 給食開始	18月	麦ごはん 牛乳	カレーライス	豚肉	牛乳	にんじん	たまねぎ グリンピース にんにく	麦ごはん じゃがいも	カレーウ デミグラスソース	679 872
			ツナサラダ	まぐろ油漬け			キャベツ きゅうり		卵なしマヨネーズ	
			福神漬				だいこん かり なす れんこん きゅうり しょうが なた豆	さとう		
			★お祝いいちごゼリー	豆乳			いちご	さとう		
19火	ごはん 牛乳	愛知県産厚焼きたまご	たまご	牛乳			ごはん さとう	562 728		
		ゆかりあえ			ゆかり粉	キャベツ きゅうり もやし				
		春野菜の煮しめ	鶏肉 はんぺん 高野豆腐		にんじん さやいんげん	ごぼう たけのこ ふぎ こんにやく	じゃがいも さとう			
20水	ミルク ロールパン 牛乳	キャベツ入りメンチカツ	鶏肉	牛乳		キャベツ たまねぎ	ミルクロールパン 小麦粉	なたね油	641 801	
		白菜とベーコンのスープ	ベーコン		にんじん パセリ	はくさい たまねぎ えのきたけ				
		フルーツヨーグルトあえ		ヨーグルト		パイン缶 みかん缶 もも缶				
21木	ごはん 牛乳	春巻き	大豆たんぱく 鶏肉	牛乳		たけのこ	ごはん 小麦粉	なたね油	631 771	
		キャベツのナムル		のり	赤ピーマン	キャベツ きゅうり		ごま油		
		春雨スープ	豚肉 豆腐 かまぼこ		チンゲンサイ にんじん	もやし とうもろこし	はるさめ			
22金	わかめごはん 牛乳	いわし梅煮	いわし	牛乳	赤しそ	梅	わかめごはん さとう	552 712		
		小松菜のごまあえ	かつお節		こまつな にんじん	もやし	さとう		ごま	
		ご汁	豆腐 大豆 豆みそ 米みそ			だいこん ごぼう ねぎ えのきたけ				
25月	麦ごはん 牛乳	ハヤシライス	豚肉	牛乳	にんじん	たまねぎ グリンピース にんにく マッシュルーム	麦ごはん じゃがいも さとう	ハヤシルウ デミグラスソース	569 805	
		チキンとほうれん草のサラダ	ささみ油漬け		ほうれんそう 赤ピーマン	キャベツ とうもろこし		イタリアンドレッシング		
		★(中のみ)ヨーグルト		ヨーグルト						
26火	ごはん 牛乳	焼きぎょうざ(小2中3)	豚肉 鶏肉 大豆たんぱく	牛乳	ニラ	キャベツ たまねぎ	ごはん 小麦粉	589 777		
		豆腐の中華煮	豆腐 豚肉		チンゲンサイ にんじん	たまねぎ たけのこ しょうが にんにく	でんぷん		ごま油	
		小魚		かたくちいわし						
27水	ごはん 牛乳	さわら磯辺フライ	さわら 大豆たんぱく	牛乳 青のり			ごはん 小麦粉	なたね油	599 765	
		おかかあえ	かつお節		にんじん	キャベツ もやし	さとう			
		かきたま汁	たまご 豆腐		にんじん	たまねぎ ねぎ えのきたけ	でんぷん			
28木	ごはん 牛乳	鶏肉のから揚げ	鶏肉	牛乳		しょうが にんにく	ごはん でんぷん	なたね油	627 809	
		即席漬け		塩昆布		キャベツ きゅうり	ごま			
		みそけんちん汁	豆腐 油揚げ 豆みそ 米みそ		にんじん	だいこん ごぼう ねぎ こんにやく	さといも	ごま油		

※献立内容は都合により変更する場合があります。※カレーウ、ハヤシルウ、ホワイトルウ、デミグラスソースは卵、小麦を使用していません。 ※加工品は主な原材料を表示しています。
 ★業者配送 ※ごはん・めん・牛乳・水は北名古屋市産又は愛知県産農作物 ※小学校のエネルギーは、3・4年生の値です。

ご入学・ご進級おめでとうございます。
 今年度も、みなさんが楽しみになるようなおいしい給食を提供していきたいと思っています。
 1年間、よろしくお願ひいたします。

学校給食について

学校給食とは

「学校給食法」に基づき、教育活動の一環として実施されるものです。成長期にある児童生徒の心身の健全な発達のため、栄養バランスのとれた食事を提供するとともに、望ましい食習慣と食に関する実践力を身につけさせるための重要な教材としての役割も担っています。

学校給食の目標

※「学校給食法」第2条より抜粋・要約

<p>1 適切な栄養の摂取による健康の保持増進。</p>	<p>2 食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営む判断力や望ましい食習慣を養う。</p>	<p>3 明るい社会性と協同の精神を養う。</p>
<p>4 自然の恩恵への理解を深め、生命、自然を尊重する精神や環境の保全に寄与する態度を養う。</p>	<p>5 食生活が多くの人々の勤労に支えられていることを理解し、感謝する。</p>	<p>6 伝統的な食文化を理解する。</p>
<p>7 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。</p>		

給食は、栄養バランスの良い食事のお手本です!

<p>主菜</p> <p>魚、肉、卵、大豆・大豆製品など、おもに体をつくるもとになる食品を多く使ったおかず</p>	<p>牛乳</p> <p>骨や歯をつくるもとになるカルシウムを多く含む</p>
<p>主食</p> <p>ごはんやパン、めん類など、おもにエネルギーのもとになる食品</p>	<p>副菜・汁物</p> <p>おもに体の調子を整えるもとになる野菜、きのこやいも、海藻類などの食品を多く使ったおかずや汁物</p>

世界の料理を紹介します。

今年度は5月より、世界の料理を紹介していきます。また、19日の食育の日には、地元の農作物を使用した給食を出します。お楽しみに!

今月の給食費・教材費 口座振替日はありません。 毎月19日は「食育の日」 ~おうちでごはんの日~