



2023年

まゆうしよく こんだて表 4月

清須市学校給食センター



日	曜	献立名	主な材料とその働き					
			体をつくるものとなる		体の調子を整えるものとなる		エネルギーのもととなる	
			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 ごはん・パン・めん・いも・砂糖	6群 油脂・種実
10	月	ごはん 牛乳 豆腐の包み焼き ツナあえ ちゃんこ汁	鶏肉 豆腐 まぐろ油漬け 鶏肉	牛乳	にんじん ほうれんそう にんじん	たまねぎ えだまめ	ごはん さとう	
11	火	ごはん 牛乳 豚肉のしょうが炒め 昆布あえ みそ汁	豚肉 豆腐 油揚げ みそ	牛乳	さやいんげん	しょうが たまねぎ たけのこ キャベツ きゅうり だいこん えのきたけ ねぎ	ごはん さとう でんぷん	あぶら
⑫	水	⑫ 丸クロスロールパン 牛乳 チキンナゲット グリーンサラダ ミネストローネ	鶏肉 ハム 鶏肉	牛乳	ブロッコリー トマト	きゅうり キャベツ とうもろこし たまねぎ えだまめ	パン パンこ こむぎこ	あぶら ドレッシング オリーブあぶら
13	木	ごはん 牛乳 いわしのしょうが煮 青菜あえ けんちん汁	いわし 油揚げ 豆腐	牛乳	ひろしまな きょうな だいこんば にんじん こまつな	しょうが キャベツ もやし だいこん ごぼう	ごはん さとう さとう	ごま
14	金	ごはん 牛乳 鶏そぼろ丼 おひたし 白みそ汁	鶏肉 油揚げ みそ	牛乳	にんじん さやいんげん ほうれんそう	しょうが たまねぎ しいたけ とうもろこし もやし ほうさい たまねぎ ねぎ	ごはん さとう さとう	あぶら
17	月	中華めん 牛乳 とんこつラーメン 肉団子 パンパンジーサラダ	焼き豚 鶏肉 鶏ささみ油漬け	牛乳	にんじん チンゲンサイ	たまねぎ もやし たけのこ たまねぎ キャベツ きゅうり	中華めん さとう	あぶら ドレッシング
18	火	ごはん 牛乳 たら塩こうじ焼き きんぴらごぼう あわせみそ汁	たら 豚肉 はんぺん 油揚げ 豆腐 みそ	牛乳	にんじん さやいんげん こまつな	こんにゃく ごぼう だいこん	ごはん さとう さとう	ごま ごまあぶら
19	水	ごはん 牛乳 鶏肉の照り焼き 春キャベツのおかかあえ さくらのすまし汁 もものタルト	鶏肉 かつおぶし かまぼこ 豆腐	牛乳	にんじん こまつな みつば	キャベツ えのきたけ	ごはん さとう さとう	タルト
20	木	ごはん 牛乳 米粉のホキフライ 新香あえ 沢煮わん	ホキ 豚肉	牛乳	にんじん みつば	だいこん漬け キャベツ わらび なめこ ぶなしめじ たけのこ だいこん しいたけ	ごはん こめこ	あぶら
21	金	ごはん 牛乳 ドライカレー ジャーマンポテト 生パン	豚肉 ウインナー	牛乳	にんじん トマト パセリ	たまねぎ マッシュルーム とうもろこし パン	ごはん じゃがいも	あぶら
24	月	ごはん 牛乳 さばのみそ煮 和風サラダ 吉野汁	さば みそ 鶏肉 豆腐 かまぼこ	牛乳	こまつな	キャベツ きゅうり とうもろこし ほうさい だいこん	ごはん さとう さとう	ドレッシング でんぷん
⑮	火	⑮ 丸小型ロールパン 牛乳 焼きそば ポテトとお米のささみカツ フルーツゼリーあえ	豚肉 いか ちくわ 鶏肉	牛乳	にんじん	キャベツ しょうが パン 黄桃	パン 焼きそばめん	あぶら あぶら
26	水	ごはん 牛乳 おろしハンバーグ かおりあえ 呉汁	かつおぶし 鶏肉 大豆 豆腐 みそ	牛乳	青じそ にんじん	だいこん たまねぎ キャベツ もやし えのきたけ ねぎ	ごはん さとう でんぷん	あぶら
27	木	ごはん 牛乳 筑前煮 うめちりあえ しんじょう汁	鶏肉 はんぺん 豆腐 魚肉	牛乳	にんじん さやいんげん しらす にんじん	こんにゃく ごぼう たけのこ れんこん キャベツ きゅうり うめ だいこん えのきたけ キャベツ	ごはん さとう	ごま ごま
⑯	金	⑯ ミルクロールパン 牛乳 ウインナー コーンサラダ 野菜スープ	ウインナー ハム 鶏肉	牛乳		とうもろこし きゅうり キャベツ たまねぎ ぶなしめじ	パン	ドレッシング

☆☆☆ 毎月19日は食育の日 ☆☆☆

食育の日には、地元の食材を使った給食を提供しています。今月は清須市産のキャベツを使った「春キャベツのおかかあえ」を作ります。毎月旬の食材を使用したメニューが出るので、楽しみにしててくださいね。

※今月は清須市産のキャベツを使用する予定です。□部分
 ※献立内容や食材は、都合により変更する場合があります。
 ※使用する食材は、6つの基礎食品群の分類を基本に記載しています。微量な食品や調味料などは記載していません。
 ※特定原材料の使用については、「特定原材料等一覧表」でご確認ください。
 (特定原材料等一覧表は、各学校から希望者に配布しています。また、清須市のホームページから見ることもできます)
 ※清須市では卵・乳アレルギー対応食を実施しています。(対応食がある日に○)
 卵成分を含む献立には、献立表の前に◎でお知らせします。代替食がある場合には()に記載します。
 乳成分を含む献立には、献立表の前に㊦でお知らせします。代替食がある場合には()に記載します。
 (乳アレルギー対象者の牛乳の代替食は「豆乳」、乳成分を含む主食の代替食は「ごはん」です)



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、望ましい食習慣を身につけさせるための教材としての役割も担っています。

また、献立は「学校給食摂取基準」に基づき、栄養士が献立を作成しています。「学校給食摂取基準」では、1日に必要な栄養量の3分の1程度を目安にしていますが、カルシウムは2分の1など、家庭での食事で不足しがちな栄養素を補えるように基準値が定められています。「主食・主菜・副菜・汁物・牛乳」の組み合わせを基本に、さまざまな食品や調理法を取り入れ、行事食、郷土料理など、バラエティーに富んだ献立を実施します。

学校給食の目標

- 適切な栄養の摂取による健康の保持増進。
- 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。
- 明るい社会性と協同の精神を養う。
- 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。
- 食生活が多くの人の労働に支えられていることを理解し、感謝する。
- 伝統的な食文化を理解する。
- 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。

