

令和6年4月分 予定献立表



形態食

刈谷市学校給食センター

日 ／ 曜	献立名	赤 主に体の組織をつくる食品		緑 主に体の調子を整える食品		黄 主にエネルギーになる食品	
		たんぱく質	無機質	ビタミン		炭水化物	脂質
		魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜 果物・きのこ	米・パン・めん 芋・砂糖	油脂・種実類
11 木	ご飯	牛乳	飲用牛乳			こめ	
	春巻き	ぶたにく		にんじん にら	キャベツ もやし エリンギ	はるまきのかわ	こめあぶら
	マーボー豆腐	ぶたにく とうふ まめみそ		にんじん ねぎ	たまねぎ たけのこ しょうが	さとう でんぶん	ごまあぶら
	チンゲンサイともやしのサラダ			にんじん チンゲンサイ	もやし		ドレッシング
12 金	ご飯	牛乳	飲用牛乳			こめ	
	さんまのおろし煮	さんま			だいこん		
	鶏肉と新じゃが芋の煮物	とりにく なまあげ		さやいんげん にんじん	たまねぎ	じゃが芋も さとう	
	ひよこ豆とキャベツのサラダ	ひよこめ			きゅうり キャベツ		ドレッシング
15 月	ご飯	牛乳	飲用牛乳			こめ	
	コーンしゅうまい（2個）	たら とうふ			とうもろこし たまねぎ	しゅうまいのかわ	
	豚肉と生揚げのみそ野菜いため	ぶたにく なまあげ まめみそ		にんじん チンゲンサイ	キャベツ もやし にんにく しょうが	さとう でんぶん	こめあぶら
	みかんゼリー					ゼリー	
16 火	ご飯	牛乳	飲用牛乳			こめ	
	チキンカレー	とりにく		トマト にんじん	たまねぎ しょうが にんにく しめじ		こめあぶら カレーパウダー
	コロッケ				たまねぎ	じゃが芋も パンこ こむぎこ	こめあぶら
	福神あえ				キャベツ ふくじんづけ		ごま
17 水	ミルクロールパン	牛乳	飲用牛乳			ミルクロールパン	
	鶏肉のハーブ焼き	とりにく		バジル パセリ			
	ベーコンとじゃが芋のスープ煮	ベーコン		にんじん こまつな	たまねぎ キャベツ しめじ	じゃが芋も	
	ツナとコーンのサラダ	まぐろあぶらづけ			きゅうり とうもろこし		ドレッシング
19 金	ご飯	牛乳 1年生 給食開始	飲用牛乳			こめ	
	まぐろカツ	まぐろ			たまねぎ しょうが	パンこ こむぎこ	こめあぶら
	ごはん汁【大阪府】	おからいりとりくんだんご		にんじん ねぎ	だいこん ごぼう		
	刈谷市産きゅうりの香味あえ				刈谷市産きゅうり とうもろこし にんにく	さとう	ごまあぶら
22 月	ご飯	牛乳	飲用牛乳			こめ	
	ハンバーグの照り焼きソースかけ	ぶたにく とりにく			たまねぎ しょうが にんにく	さとう でんぶん	ごまあぶら
	お祝いすまし汁	かまぼこ とうふ		こまつな にんじん	はくさい えのきたけ		
	たくあんあえ				キャベツ たくあん		ごま
23 火	いちごのお祝いデザート					おいちごデザート	
	ご飯	牛乳	飲用牛乳			こめ	
	若鶏の唐揚げ	とりにく			しょうが	でんぶん	こめあぶら
	はるさめと新玉ねぎの中華スープ	なまあげ		にんじん ねぎ	たまねぎ とうもろこし	はるさめ	ごまあぶら
24 水	もやしと小松菜のナムル		のり	こまつな	もやし		ごま ごまあぶら
	野菜たっぷりボロネーゼ （ソフトめん・ソース）	ぶたにく だいず	飲用牛乳	トマト にんじん	たまねぎ セロリ にんにく	ソフトめん こむぎこ さとう	こめあぶら
	白身魚の香草焼き	ホキ		バジル			こめあぶら
	ひじきサラダ		ひじき		きゅうり とうもろこし	さとう	ドレッシング

献立表の見方

[] : 卓上物

【 】 : 業者配送

太字 : 新献立

◆ : 我が家のじまん料理

材料は、すべてを記載しているものではありません。アレルギー物質については、アレルギー関連書類で確認してください。

食材については細心の注意を払って、安全確保に努めています。材料などの入荷状況により献立を変更することがあります。

献立表および食材の産地は、刈谷市のホームページに掲載しています。

《給食で使用する魚は、できるかぎり骨が気にならないものを使用していますが骨が残っていることがあります》



25 木	ごはん ご飯	ぎゅうにゅう 牛乳	いんようぎゅうにゅう 飲用牛乳			こめ	
	いわしの煮付け	いわし			しょうが		
	キャベツのみそ汁	なまあげ あわせみそ		にんじん こまつな	キャベツ たまねぎ だいこん		
	じゃが芋のカレーきんぴら	ふじのきんぴら 富士松北小学校6年生 世倉 梨雄さんの 我が家のじまん料理です	ハム		えだまめ	じゃがいも さとう	こめあぶら
26 金	ごはん ご飯	牛乳	飲用牛乳			こめ	
	◆切りばし大根と青じそのつくね	とりこく まめみそ		あおじそ	きりばしだいこん	パンこ	こめあぶら
	野菜と生揚げの豆乳煮	ぶたにく なまあげ とうにゅう		チンゲンサイ にんじん	キャベツ だけのこ しめじ		
	きゅうり昆布		こんぶ		きゅうり		ごまあぶら
30 火	ごはん ご飯	牛乳	飲用牛乳			こめ	
	けんちんしのだ	とうふ あぶらあげ たら	ひじき	にんじん			
	〔甘みそ〕	あまみそ					
	とりだん ごじる 鶏団子汁	かまぼこ とりこくだんご		にんじん こまつな	はくさい	じゃがいも	
	しんたま 新玉ねぎとわかめのじゃこポン酢あえ	かつおぶし	しらすばし わかめ		たまねぎ		

主 食 (こめ(刈谷市産) こむぎ) 飲用牛乳 こまつな チンゲンサイ ねぎ パセリ ほうれんそう キャベツ
きゅうり セロリ だいこん たまねぎ はるキャベツ きりぼしだいこん だいず しらすぼし ぶたにく とりにく みそ

献立表には、献立や材料などのほかに、いろいろな食に関する情報が載っています。

ぜひ、献立表をよく見て、給食を食べてみましょう！

献立名は、上から「主食」「主菜」「副菜」「その他」の順となっています。

給食に初めて登場するメニューは太字になっています。

『我が家のじまん料理』は、5、6年生が応募してくれた中から選ばれた料理です。

献立名		たんぱく質 魚・肉・卵 豆・豆製品	無機質 牛乳・乳製品 小魚・海そう	ビタミン 緑黄色野菜 その他の野菜 果物・きのこ	炭水化物 米・パン・めん 芋・砂糖	脂質 油脂・種実類
○ 厚焼き卵	たまご		たんぱく質		炭水化物	脂質
◇ 切り干し大根のシャキシャキ海そうサラダ	まぐろ	たんぱく質	たんぱく質	ビタミン	炭水化物	脂質
○ 月 だんご汁（大分県）	たんぱく質	たんぱく質	たんぱく質	ビタミン	炭水化物	脂質
◇ 切り干し大根とひじきのツナあえ	まぐろ	たんぱく質	たんぱく質	ビタミン	炭水化物	脂質

献立表の見方

にほんぜんこくあじ

【 】：業者配送

まいつきしょくい

太字：新献立

きょうどりょうり

『日本全国味めぐり』は、毎月食育の日の前後に、全国の郷土料理や、特産物を使った料理が登場します。

- ① 新玉ねぎは、半分に切って薄くスライスします。
しんたまねぎ はんぶん 1/2 けって うすく
- ② カットわかめは、水で戻しておきます。
カットわかめ みずで もどして
- ③ 鍋に湯を沸かし、新玉ねぎとしらす干し、わかめをさっとゆでて水にさらし、水をよく切っておきます。
なべ に 湯 を 沸かし、 しんたまねぎ と しらす 干し、 わかめ を さっと ゆでて 水 に さらし、 水を よく 切って おきます。
- ④ ③をポン酢しょうゆとかつお節であえて出来上がりです。
③ を ポン酢しょうゆ と かつお節 で あえて 出来 上がり します。