



毎月19日は  
「食育の日」  
～お家でごはんの日～



# 献立予定表

(中学校)

2024年4月分



14回

豊明市立学校給食センター

日・曜	献立名	主な材料名		(赤)主に体の組織をつくる		(緑)主に体の調子を整える		(黄)主にエネルギーになる	
		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		
10・水	ロールパン、牛乳 あじフリッター(3個) まめまめサラダ ミネストローネ	あじ	飲用牛乳 おきあみ、あおさ	にんじん にんじん、トマト	枝豆、キャベツ にんにく、セロリ、玉ねぎ、キャベツ	ロールパン 小麦粉、でんぷん、さとう、米粉	油	ひよこ豆	サウザンドレッシング
11・木	麦ごはん、牛乳 さわらの西京焼き 甘酢あえ さわにわん	さわら、白みそ	飲用牛乳	にんじん にんじん、みつば	キャベツ、きゅうり ねぎ、えのきたけ	米、麦 さとう		さとう	
12・金	麦ごはん、牛乳 春巻 切干大根のごまじょうゆ 中華風野菜スープ	ぶた肉	飲用牛乳	にんじん、にら にんじん、小松菜 にんじん、チンゲンサイ	キャベツ、もやし、エリンギ 切干大根 キャベツ、干しいたけ、しょうが	米、麦 でんぷん、さとう、小麦粉	油、ごま油	さとう	白いりごま、ごま油
15・月	白ごはん、牛乳 さんまみぞれ煮 おひたし 吉野汁	さんま	飲用牛乳	にんじん、みつば にんじん	大根 もやし 大根、しょうが、ねぎ	米 さとう、でんぷん		さとう	
16・火	ロウカット玄米ごはん、牛乳 愛知県産食材入り揚げぎょうざ(3個) マーボー豆腐 パンサンスー	ぶた肉 とうふ、ぶた肉、赤みそ	飲用牛乳	にんじん にら にんじん	玉ねぎ、れんこん ねぎ、しょうが、にんにく キャベツ、もやし	米、ロウカット玄米 でんぷん、さとう、小麦粉	油	でんぷん、さとう	ごま油
17・水	ミルクロールパン、牛乳 トマトソースハンバーグ グリーンサラダ(クラス用青じそドレッシング) コーンスープ	ぶた肉、とり肉	飲用牛乳		玉ねぎ 枝豆、きゅうり、キャベツ ホールコーン、クリームコーン、玉ねぎ	ミルクロールパン パン粉、さとう、でんぷん		小麦粉	マーガリン
18・木	白ごはん、牛乳 絹ごし豆腐の鶏そぼろみそ ピーちくさかな ★いちごクレープ	絹ごし豆腐、とり肉、赤みそ、白みそ 焼きちくわ、オイルツナ 豆乳、大豆粉	飲用牛乳		しょうが ピーマン、にんじん いちごピューレ、いちご果汁、レモン果汁	米 さとう		さとう	油
19・金	白ごはん、牛乳 かに玉 海そうサラダ(クラス用中華ドレッシング) はるさめスープ	たまご、かに	飲用牛乳	青ねぎ にんじん	しょうが 玉ねぎ、たけのこ いちごピューレ、いちご果汁、レモン果汁	米 さとう、でんぷん	油	さとう、でんぷん	中華ドレッシング
22・月	山菜ごはん(アルファ化米)、牛乳 えびたけのごフライ けんちん汁 ★さくらゼリー	とり肉、油揚げ えび、たら とうふ	飲用牛乳	にんじん にんじん	わらび、ぜんまい、細竹、えのきたけ たけのこ、玉ねぎ こんにやく、ごぼう、大根、ねぎ、しょうが さくらんぼ果汁、レモン果汁	アルファ化米、アルファ化もち米、さとう		でんぷん、パン粉、小麦粉	油
23・火	きしめん、牛乳 肉きしめんの汁 かきあげ みつばのアーモンドあえ	ぶた肉、焼きかまぼこ 大豆	飲用牛乳	ほうれんそう、にんじん にんじん にんじん、みつば	干しいたけ 玉ねぎ キャベツ、もやし	きしめん		さつまいも、小麦粉、でんぷん	油
24・水	サンドイッチロールパン、牛乳 セルフドッグ(スラッピージョー) コーンとアスパラガスのサラダ(クラス用ごまドレッシング) 春キャベツのコンソメスープ	ぶた肉、大豆	飲用牛乳	にんじん グリーンアスパラガス にんじん、パセリ	玉ねぎ ホールコーン、キャベツ 玉ねぎ、キャベツ	サンドイッチロールパン さとう、でんぷん	油	ごまドレッシング	
25・木	麦ごはん、牛乳 レバー入りつくね(3個) 牛肉と野菜のいため煮 もやしのナムル	とり肉、とりレバー 牛肉	飲用牛乳	にんじん、ピーマン 小松菜、にんじん	玉ねぎ 玉ねぎ、ねぎ、しょうが もやし	米、麦 でんぷん、米粉、さとう	油	じゃがいも、さとう、でんぷん	ごま油、白いりごま
26・金	麦ごはん、牛乳 ポークカレー 焼きウインナー(野菜入り) ふくじンドレッシング	ぶた肉 ぶた肉	飲用牛乳 スキムミルク、チーズ	にんじん にんじん	玉ねぎ、グリーンピース、にんにく、りんごピューレ 玉ねぎ キャベツ、福神づけ	米、麦 じゃがいも、カレールウ	油	さとう	油
30・火	白ごはん、牛乳 さば八丁みそ煮 肉じゃが ゆかりあえ	さば、八丁みそ ぶた肉	飲用牛乳	にんじん、いんげん ゆかり粉	玉ねぎ、糸こんにやく キャベツ、きゅうり	米 さとう		じゃがいも、さとう	油

◎献立予定表は6つの食品群に分類できる食品を記載しているため、微量な食品や調味料等は記載していません。(都合により献立内容が変わる場合があります。ご了承ください。)  
アレルギーについては「アレルギー対象食品使用献立一覧表(詳細な献立表)」をご確認ください。★は、直接学校へ配送されるものです。

<献立について>

16日…愛知県産食材入り揚げぎょうざには、愛知県産のぶた肉とれんこん、にんじんが入っています。

22日…山菜ごはんは、春の行事「野遊び」にちなんだ献立です。

24日…セルフドッグは、大豆とぶた肉をトマトケチャップなどで味付けしたスラッピージョーをパンにはさんで食べます。

26日…ふくじンドレッシングに使用するキャベツは、農業を減らして栽培されたものを使用します。

※4月に使用する米とキャベツの一部は豊明市内でとれたものを使用する予定です。

豊明市の学校給食では「そば、落花生(ピーナッツ)、くるみ、カシューナッツ」は使用していません。

## 食物アレルギーの原因食品に関する説明会のお知らせ

給食センターでは毎月、月末頃に食物アレルギーを有する児童生徒の保護者の方を対象に、翌月の給食で使う材料や作り方の説明を行っています。

詳細な献立表で料理に含まれる特定原材料及び準ずるものについてお知らせしていますが、その他の食品について詳しくお知りになりたい方は、この説明会への参加をおすすめします。



開催日等の詳細は、中央調理場までお問い合わせください。  
ホームページでもお知らせしています。

☆給食に関する疑問や質問等がありましたら、お気軽に担当の場までお尋ねください。  
豊明市立学校給食センター 中央調理場 電話 0562-92-5730(配送校:豊明中・香掛中)  
栄 調理場 電話 0562-97-3901(配送校:栄中)

## <今年度の献立作成目標について>

学校給食センターでは、毎年献立作成目標を掲げ、子どもたちの健康づくりと安全安心でおいしい給食を目指しています。

今年度の献立作成目標は、「日本の行事食を食べて、知って、伝えよう!」です。日本は古くから、季節の節目などに旬の食材を使った料理を神様にお供えし、作物の豊作や家族の健康、幸運を願う風習がありました。そのような季節ごとの行事やお祝いの日に食べる特別な料理を行事食といいます。

行事食を食べることは、自然の恵みや季節の変化を感じることができます。また、行事食の由来を知る人から意味を聞きながら食べることで、その行事や作法に込められた思いを知ることができます。

しかし近年、時代や社会生活の変化により、行事食を食べたり、その意味を知ったりする機会が減少傾向にあります。

そこで今年度は、行事食を今まで以上に取り入れ、行事食を食べる機会を増やすとともに、行事食の大切さを知る指導に力を入れていきます。給食で行事食を食べ、意味や大切さを知ること、行事食のよさを周りに伝えられる子を育てていきたいと思います。

### ★今月の行事食: 22日 山菜ごはん

昔は農作業の忙しい時期に、春の一日を、心身を清め不浄を避ける「物忌みの日」にあてる習わしがありました。この日は労働を休み、野山や海辺に出て遊び、食事の宴を開きます。野山で過ごすことを「野遊び」といい、山の神様を招いてお供えをし、自らも神様と同じものをいただく(一緒に食事をする)ことで結びつきが強くなると考えられていました。

野遊びとして、ふきのとう、つくし、よもぎ、ぜんまい、たらの芽などの野草や山菜を摘んだり、野花の鑑賞を楽しんだりしたようです。

そこで今月はこの「野遊び」にちなみ、山菜ごはんを食べます。味わっていただきましょう。