

平成 29 年

がっ こう きゅうしよくこんだてひょう
4 月学校給食献立表



安城市中部学校給食共同調理場

日 曜	こん 献		だて 立	めい 名	おもにからだ しょうひん	おもにからだ しょうし ととの しょうひん	おもにエネルギーのもとになる食品	メ ッ セ ー ジ	エネルギー Kcal
	しょうしよく 主食	ぎゅうにゅう 牛乳			しょうさい しょうさい た じゆんじよ 主菜、副菜、その他の順序	おもとに体をつくる食品	おもとに体の調子を整える食品		
13 木	こがた ロールパン	○	ツナオムレツ イタリアンスパゲティ Ⓢももヨーグルト	ぎゅうにゅう、おたにく ツナオムレツ、ももヨーグルト	キャベツ、たまねぎ、にんじん トマト	こがたロールパン、スパゲティ こめあぶら	「イタリアン」とは「イタリアふう」といういみがあります。スパゲティを トマトあじで しあげました。	528	
14 金	ごはん	○	いかフライのレモンに ごんべいじる キャベツのごまゆかり	ぎゅうにゅう、とりにく、とうふ ミックスみそ、いかフライ	だいこん、にんじん、ねぎ レモンかじゅう、キャベツ ゆかりこ	ごはん、じゃがいも なたねあぶら、さとう、ごま	「ごんべいじる」は 「かもとりごんべえ」から なづけられました。ほんらいは「かも」ですが きゅうしよくでは とりにくをつかいます。	506	
17 月	はつが げんまい ごはん	○	チキンたつたあげ えびととうふのくずじる ひじきとじゃこのふりかけ	ぎゅうにゅう、かまぼこ、えび とうふ、チキンたつたあげ まぐろあぶらづけ、しらすぼし ひじき、かつおぶし	はくさい、にんじん チンゲンサイ	はつがげんまいごはん でんぶん、なたねあぶら、さとう	たつたあげは、あかちいろにあがった とりにく、しろいぶぶんが ところどころ あるようすを、ならのたつたがわにもみじがながれる ようすにみたてたと いわれています。	524	
18 火	ごはん	○	さわらのさいきょうやき じゃがいものにつけ こんぶあえ	ぎゅうにゅう、おたにく はんぺん さわらのさいきょうやき しおこんぶ	たまねぎ、にんじん さやいんげん、きゅうり	ごはん、じゃがいも、さとう	「さいきょうやき」は しろみのさかなを しろみそや、みりんでのぼした ちょうみりょうにつけこんで やいたものをいいます。	508	
19 水	ごはん	○	いかだんごのたこやきふう だいこんとおたにくのもの アーモンドあえ なのはなふりかけ	ぎゅうにゅう、おたにく こんぶ、いかだんご あおのりこ、かつおぶし	こんにやく、だいこん にんじん、さやいんげん もやし、キャベツ なのはなふりかけ	ごはん、さとう、こめあぶら でんぶん、アーモンド	だいこんは、はに ちかいぶぶんは あまみがありますが、さきのほうは からみがつよいので、 ぶりっとしたあじがします。	478	
20 木	こめこパン (こむぎいり)	○	スコッチエッグ コーンクリームシチュー サワーキャベツ	ぎゅうにゅう、とりにく、チーズ スコッチエッグ	たまねぎ、にんじん とうもろこし、グリーンピース キャベツ	こめこパン、じゃがいも こめあぶら、コーンスターチ さとう	コーンスープは、こむぎぬきです。とうもろこし から つくった でんぶんをつかっているため、 さっぱりとしています。	533	
21 金	わかめごはん	○	こめこししゃもフライのこうみソースがけ さわにわん こまつなごまあえ Ⓢおいわいデザート	ぎゅうにゅう、おたにく はんぺん、ししゃもフライ わかめ	にんじん、たけのこ、ごぼう チンゲンサイ、しいたけ、ねぎ レモンかじゅう、こまつな もやし	ごはん、でんぶん なたねあぶら、さとう、ごま おいわいデザート	きょうのししゃもフライは、こめこのころもで できています。ししゃもフライは、ほねまでたべら れます。よくかんで たべましょう。	554	
24 月	ごはん	○	ちゅうかはん あげえびしゅうまい(2こ) はるさめサラダ たくじょうノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう、おたにく、いか えびしゅうまい	にんじん、たけのこ、はくさい たまねぎ、チンゲンサイ くろきくらげ、きゅうり	ごはん、さとう、でんぶん ごまあぶら、なたねあぶら はるさめ たくじょうノンエッグマヨネーズ	しゅうまいは、ちゅうかりょうりで「てんしん」に ぶんるいさせます。	539	
25 火	ごはん	○	ぶたにくのしょうがいため じゃがいものしろみそしる Ⓢパイナップル	ぎゅうにゅう、なまあげ わかめ、しろみそ、ぶたにく	にんじん、ねぎ、たまねぎ キャベツ、もやし、しょうが パイナップル	ごはん、じゃがいも、でんぶん	「いただきます」には、りょうりをつくってくれた ひとへのかんしゃのいみと にくやさかな、やさいなど いのちあるたべものを いただいている という いみがあります。	493	
26 水	ごはん	○	ハンバーグのいちじくソースかけ すましじる いそかあえ コーヒーぎゅうにゅうのもと	ぎゅうにゅう、とうふ かまぼこ、わかめ、ハンバーグ やきのり	ねぎ、にんじん、えのきたけ レモンかじゅう、キャベツ もやし	ごはん、こめあぶら いちじくジャム、さとう コーヒーぎゅうにゅうのもと	あんじょうしの「いちじく」をつかって ハンバ ーグのソースにしました。	478	
27 木	ラーメン	○	かんとんふうラーメン かれないフライ たくじょうソース さくさくどうふ	ぎゅうにゅう、おたにく かれないフライ、さくさくどうふ	キャベツ、もやし、にんじん ねぎ、メンマ、くろきくらげ	ラーメン、ごまあぶら でんぶん、なたねあぶら	「かれないフライ」は「カルシウム」がたっぷり と ふうまれています。	516	
28 金	ごはん	○	ピビンバ はるさめスープ きんしたまご	ぎゅうにゅう、ハム、ぎゅうにく きんしたまご	にんじん、はくさい、ねぎ たけのこ、くろきくらげ しいたけ、にんにく、もやし チンゲンサイ	ごはん、はるさめ、さとう こめあぶら、ごま、ごまあぶら	きょうのピビンバは、ぎゅうにくを つかいます。 ぎゅうにくは、おたにくや とりにくにくらべて、 けつえきをつくる もとになる てつぶんをおお くふくんでいます。	471	

にゅうえん しんきゅう ご入園・ご進級おめでとうございます



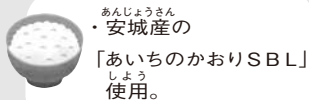
給食は、教育の一環として位置付けられており、栄養バランスのとれた豊かな食事を提供することで、成長期にある子どもたちの心身の健康を増進し、体位の向上を図ることや、食に関する指導の生きた教材となるように、考えて作られています。地場産物を活用し、地域の郷土食や行事食を取り入れ、地域の文化や伝統に対する理解と関心を高めていきたいと考えています。

毎月、献立表を配布いたしますので、ご家庭の食事の参考にしてください。

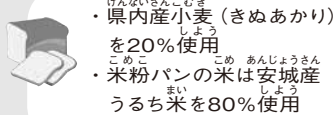
給食の内容

★主食・牛乳・おかずの3つの柱からなっています。

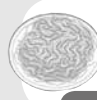
主食…主にエネルギーのもとになる



ごはん週3回以上



パン週1回程度



ソフトめん・ラーメン・うどん・きしめん(月1~2回)

牛乳…主に体の組織をつくる

牛乳が1本(200ml)つきます。



おかず…(主菜) 主に体の組織をつくる

(副菜・副々菜) 主に体の調子を整える



給食の7つの目標

学校給食法第2条では学校給食の目標が次のように掲げられています。

- 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。
- 日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。
- 学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。
- 食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。
- 食生活が食にかかわるひとびとの様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。
- 食料の生産、流通及び消費について、正しい理解を導くこと。

おしらせ



材料は都合によりかわることがあります。

は、かみかみメニューです。

は、業者直送です。容器は園で処理してください。

まいつき 19 には「しよくいくのひ~おうちでごはんのひ~」です。

こんげつのきゅうしょくにとうじょうする「あんじょうし」と「となりのし」でとれるたべもの



こめ



きゅうり



チンゲンサイ



キャベツ



ねぎ

こんだては、きほんとしてしゅさい、ふくさい、しるもの、デザートのはじゅんにかいてあります。ごはんにはまざるものやめんりょうりは、しゅしょくとしてさいしょにかいてあります。



不要になったら、リサイクル雑がみとして出してください。

安城市は平成 24 年 6 月より独自に放射線測定装置を購入し、東日本を中心に 17 都県で生産された青果物を対象に検査を行っています。検査結果等につきましては市ホームページでご確認ください。また、主な食材の産地につきましても市のホームページにてご覧いただけます。