



4月予定献立表



西尾市立花ノ木小学校

日	曜	献立名	主な材料とその働き					エネルギー (kcal)	
			【赤】体をつくる		【緑】体の調子を整える		【黄】体のエネルギーになる		
			【1群】魚・肉・卵・大豆など	【2群】牛乳・小魚・海そうなど	【3群】緑黄色野菜	【4群】その他の野菜・果物	【5群】こく類・いも類・砂糖など		【6群】油類
9	火	せきはん					あずき こめ もちこめ	677 28.2	
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
		とりにくとだいずのからめに	とりにく だいず			しょうが	じゃがいも さとう かたくりこ		あぶら
		キャベツのあかしそあえ			こまつな あかしそ	キャベツ			
		かきたまじる	たまご とうふ かまぼこ		にんじん ねぎ	えのきだけ たまねぎ しいたけ	かたくりこ		
◆シャーベット						さとう			
10	水	ごはん					こめ	655 30.4	
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
		さばのぎんがみやき	さば みそ				さとう		
		だいこんサラダ	チキンハム			だいこん きゅうり とうもろこし	さとう		あぶら
じゃがいものうまに	とりにく なまあげ はんぺん		にんじん いんげん	しいたけ たけのこ たまねぎ	じゃがいも さとう				
11	木	ごはん					こめ	607 27.2	
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
		なまあげのしょうゆマヨやき	なまあげ とりにく		ねぎ	たまねぎ しめじ	じゃがいも		マヨドレ
		こまつなともやしのおかかあえ	はなかつお		こまつな	もやし	さとう		
		ぶたじる	ぶたにく とうふ あぶらあげ みそ		にんじん ねぎ	ごぼう だいこん			
12	金	ごはん					こめ	607 17.3	
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
		◆ポークカレー	ぶたにく		にんじん トマト	たまねぎ マッシュルーム えだまめ	じゃがいも さとう こめこカレー		あぶら
		ふくじんづけ				だいこん きゅうり うり なす れんこん しょうが なたまめ			
フルーツあえ				みかん パイン もも	さとう				
15	月	◆ココアトースト	とうにゅう				スライスパン さとう ホットケーキミックス	654 25.2	
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
		チキンピーズ	だいず とりにく		にんじん	たまねぎ えだまめ しめじ	じゃがいも さとう		
		マカロニサラダ			にんじん	きゅうり キャベツ	マカロニ		マヨドレ
16	火	ごもくちらしずし	ツナ ちくわ		にんじん	れんこん しいたけ たけのこ	こめ さとう	619 23.9	
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
		ごぼうつくね	とりにく			たまねぎ ごぼう	さとう かたくりこ		
		すましじる	かまぼこ とうふ		にんじん みつば	えのきだけ だいこん	やきふ		
		はなみだんご					こめこ さとう		
17	水	ごはん					こめ	603 20.2	
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
		★しょくいくトリオコロッケ				たまねぎ	じゃがいも さとう パンこ こむぎこ		あぶら
		やさいソテー			にんじん こまつな	キャベツ たまねぎ			あぶら
		なめこのみそしる	とうふ あぶらあげ みそ	わかめ	にんじん ねぎ	なめこ だいこん えのきだけ たまねぎ			
18	木	こがたロールパン					こがたロールパン	624 29.1	
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
		やきそば	ぶたにく かまぼこ		にんじん ちんげんさい	キャベツ たまねぎ もやし	やきそばめん		あぶら
		しゅうまい	ぶたにく とりにく			たまねぎ	かたくりこ パンこ		
		だいずサラダ	だいず チキンハム		にんじん	とうもろこし きゅうり			あぶら
		ミニみかんゼリー				みかん	さとう		
19	金	ごはん					こめ	671 26.4	
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
		ちくわの2しょくあげ	ちくわ	あおりの			こむぎこ		あぶら
		きゅうりのごますあえ			にんじん	きゅうり もやし	さとう		あぶら こま
		ツナとじゃがいものにももの	ツナ はんぺん なまあげ		にんじん	たまねぎ たけのこ えだまめ	じゃがいも さとう		
22	月	ごはん					こめ	631 26.7	
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
		ハンバーグのデミグラスソースかけ	ぶたにく とりにく			たまねぎ マッシュルーム	こめこハヤシルッ さとう かたくりこ		
		キャベツのあおなあえ			ひろしまな きょうな	キャベツ			
		しんじゃがのみそしる	とうふ あぶらあげ みそ		ねぎ にんじん	たまねぎ えのきだけ きりぼしだいこん	じゃがいも		



日	曜	献立名	主な材料とその働き						エネルギー (kcal)
			【赤】体をつくる		【緑】体の調子を整える		【黄】体のエネルギーになる		
			【1群】魚・肉・卵・大豆など	【2群】牛乳・小魚・海そうなど	【3群】緑黄色野菜	【4群】その他の野菜・果物	【5群】こく類・いも類・砂糖など	【6群】油類	
23	火	ごはん					こめ		636 29.7
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
		さわらのみそかけ	さわら みそ					さとう	
		キャベツのひじきあえ		ひじき	こまつな	キャベツ		さとう	
24	水	おでん	はんぺん ちくわ なまあげ がんもどき		にんじん	こんにゃく だいこん	じゃがいも さとう		618 24.1
		ごはん					こめ		
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
		しろごまつくね	とりにく			たまねぎ	こむぎこ さとう かたくりこ	ごま	
25	木	こまつなのツナあえ	ツナ		こまつな にんじん	もやし	さとう		667 29.8
		にくじゃが	ぶたにく はんぺん		にんじん	こんにゃく たまねぎ だけのこ えだまめ	さとう じゃがいも		
		ちゅうかめん					ちゅうかめん		
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
26	金	やさいたっぷりタンメンのしる	ぶたにく		ちんげんさい にんじん ちまき たらこ	キャベツ とうもろこし もやし			687 26.6
		とりのからあげ	とりにく			しょうが にんにく	かたくりこ	あぶら	
		きりほしだいこんのちゅうかさラダ	チキンハム		にんじん	きりほしだいこん きゅうり	さとう	あぶら	
		プルコギまぜごはん	ぎゅうにく		にら にんじん	にんにく たまねぎ もやし	こめ さとう	あぶら	
30	火	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					678 25.9
		にくだんごのあますあんかけ	ぶたにく			たまねぎ	さとう かたくりこ		
		わかめのナムル		わかめ	にんじん	もやし キャベツ	さとう	あぶら	
		キムチスープ	とりにく なまあげ みそ		にんじん こまつな ねぎ	はくさい えのぎだけ はくさいキムチ	さとう		
30	火	ごはん					こめ		678 25.9
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
		ぎょうざ	ぶたにく		にら	キャベツ たまねぎ	ぎょうざのかわ	あぶら	
		はるさめサラダ	チキンハム			もやし きゅうり	はるさめ さとう	あぶら	
30	火	マーボー豆腐	とうふ ぶたにく みそ		ねぎ にんじん	たまねぎ だけのこ しょうが	さとう かたくりこ	あぶら	

※都合により献立を変更する場合があります。調味料等で記載のないものもあります。

エネルギー基準値 小学校 650 kcal
たんぱく質基準 小学校 21.1g~32.5g

<お知らせ>

9日(火)2~6年生給食開始 15日(月)1年生給食開始



★はスペシャルメニューです。お楽しみに♪

◆4月のリクエストきゅうしょく◆

昨年度1月に給食委員会が行った「タイム配膳チャレンジ」でがんばったクラスのリクエスト給食です。

9日(火) シャーベット 3の2 15日(月) ココアトースト 1の3 4の1 5の1
12日(金) カレー 1の2 お楽しみに~~~~♪♪♪



学校給食は、子どもたちが心身ともに健やかに育つように願いをこめて実施しています。小中学生のときの食事は、大人になってからの健康に大きく影響します。この時期は、成長が盛んで、特にバランスのとれた食事が大切です。学校と家庭が手を取り合ってこそ、子どもたちの健康増進や体位の向上などに効果をあげることができます。

ごはん

お米は、愛知県産(西尾市産)の「あいちのかおり」を主体とした100%県内産のものです。
種類→白飯、わかめごはん、麦ごはん、赤飯、発芽玄米ごはん、五穀ごはんなどがあります。

学校給食の内容

牛乳

牛乳は愛知県内産の生乳だけを使用しています。
西尾市内で飼育された牛の乳も含まれています。



パン

パン用小麦粉には、県内産小麦粉(きぬあかり)を20%~100%使用しています。
種類→スライSPAN、りんごパン、米粉パンなどがあります。



めん

めん用小麦粉には、県内産小麦粉(きぬあかり)を20%~68%使用しています。
種類→白玉うどん ソフトめん 中華めん、きしめんがあります。



副食(おかずなど)

給食では、地元でとれた安心でおいしい食材や旬の食材を積極的に取り入れ、地産地消に努めています。

