

がくでんしょうがっこうのキャラクター  
がっけんくんだよ！  
よろしくおねがいます。



# 4月 こんだてひょう



きゅうしよくキャラクター  
のびのびくん

いぬやましりつがくでんしょうがっこう  
犬山市立楽田小学校

にち 日	よう 曜	こんだてめい 献立名	主な材料とその働き					
			からだをつく 体を作る		からだを調子を整える 体の調子を整える		からだを動かすエネルギーになる 体を動かすエネルギーになる	
			1群 さかなにく・たまご・大豆・大豆製品 魚・肉・卵・大豆・大豆製品	2群 ぎゅうにゅう・にゅうぶつ・こいわ 牛乳・乳製品・小魚・海藻	3群 りよくおうしよくやさい 緑黄色野菜	4群 たのやさい・くだもの その他の野菜・果物・きのこ	5群 こめ・パン・めん・いも・砂糖 米・パン・めん・いも・砂糖	6群 あぶら・しほ 油脂・種実
15	水	せきはん ぎゅうにゅう	あずき	ぎゅうにゅう			こめ もちこめ	
		さわらのさいきょうやき	さわら しろみそ				さとう	
		ゆかりあえ			にんじん あかしそ	キャベツ きゅうり		
		さくらかまぼこいりあおさじる	とうふ かまぼこ	あおさのり	ねぎ にんじん	たまねぎ えのきたけ		
		おいおいデザート(こうはくゼリー)	とうにゅう			いちご	さとう みずあめ	
16	木	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ むぎ	
		カレーライス	ぶたにく		にんじん	たまねぎ	じゃがいも あぶら	
		コールスローサラダ	ツナ		にんじん	コーン きゅうり キャベツ	さとう あぶら	
		ヨーグルト		ヨーグルト				
17	金	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		まぐろとだいたのみそがらめ	まぐろ だいた あつあげ あかみそ				でんぶん さとう あぶら こま	
		やさいのなめたけあえ			こまつな にんじん	もやし えのきたけ		
		わかめじる	かまぼこ とうふ	わかめ	にんじん ねぎ	たまねぎ だいこん ほししいたけ		
20	月	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ むぎ	
		マーボーとうふ	ぶたにく だいた とうふ あかみそ		にんじん ねぎ	たまねぎ しょうが にんにく ほししいたけ	でんぶん さとう あぶら こまあぶら	
		しゅうまい	ぶたにく とりにく たら			たまねぎ	パンこ こむぎこ でんぶん あぶら	
		もやしのちゅうかあえ			チンゲンサイ にんじん	もやし きりぼしだいこん	さとう こまあぶら こま	
21	火	はるのかおりごはん ぎゅうにゅう	とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん	ふき たけのこ	こめ さとう あぶら	
		あじのしおやき	あじ					
		ほうれんそうのおひたし	かつおぶし		ほうれんそう にんじん	もやし	さとう	
		とうにゅうみそしる	とうふ とうにゅう ミックスみそ		にんじん ねぎ	たまねぎ はくさい		
22	水	ミルクロールパン ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			パン	
		アスパラいりクリームシチュー	とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん アスパラガス	たまねぎ マッシュルーム	じゃがいも こむぎこ バター あぶら	
		ひじきのマリネ	ツナ	ひじき		きゅうり キャベツ	さとう あぶら	
		オレンジ				オレンジ		
23	木	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		とりにくのからあげ	とりにく			しょうが にんにく	でんぶん あぶら	
		きりぼしだいこんのもの	ちくわ あぶらあげ		にんじん	きりぼしだいこん	さとう あぶら	
		かきたまじる	たまご かまぼこ とうふ		にんじん ねぎ	たまねぎ ほししいたけ	でんぶん	
24	金	ちゅうかめん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ちゅうかめん	
		みそラーメン	ぶたにく なんと ミックスみそ		にんじん ねぎ	はくさい たまねぎ もやし しょうが にんにく	こまあぶら	
		にくだんごのやさしいあなか	ぎゅうにく ぶたにく とりにく だいた		ねぎ	たまねぎ たけのこ しょうが	でんぶん さとう あぶら	
		チーズむしパン	とうにゅう	ぎゅうにゅう チーズ			こむぎこ さとう あぶら	
27	月	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		しろごまつくね	とりにく とりレバー			たまねぎ	こめこ さとう あぶら	
		ひじきのごもくに	だいた ツナ はんぺん	ひじき	にんじん いんげん	コーン こんにゃく	さとう こま あぶら	
		しんじゃがのぶたじる	ぶたにく とうふ あかみそ あぶらあげ		にんじん ねぎ	だいこん ごぼう えのきたけ	じゃがいも	
28	火	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ むぎ	
		なのはなコロッケ			なのはな	たまねぎ	じゃがいも こむぎこ パンこ あぶら	
		ほうれんそうのしらあえふう	こうやとうふ		ほうれんそう にんじん	もやし	さとう こま	
		ぶたにくとだいこんのもの	ぶたにく はんぺん あつあげ		にんじん いんげん	だいこん ほししいたけ	さとう あぶら	
30	水	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		ハンバーグのしんたまねぎソース	ぶたにく とりにく			たまねぎ しょうが	さとう でんぶん	
		ごぼうサラダ			にんじん	ごぼう きゅうり キャベツ	ノンエッグマヨネーズ	
		キャベツのスープ	とりにく		にんじん	コーン キャベツ もやし		

【今月の行事と献立】15日 入学・進学祝い献立 17日 食育の日(まごはやさしい献立) 20日 アジア・アジアパラ競技大会応援献立(中華人民共和国)

給食回数 11回

・食材は、体の中の働きによって3つの仲間に分けられています。

・汁物のだしには、煮干しやむろあじ、昆布などを使用しています。

・毎月19日は「食育の日」として、『まごわ(は)やさしい』豆・ごま・わかめ(海藻)野菜・魚・しいたけ(きのこ)・いもを取り入れた献立を紹介

します。今月は17日に実施します。

※ 献立内容は都合により変更することがあります。

