



# 令和5年 4月 こんだてひょう

犬山市立犬山北小学校

日	曜	献立名	主な材料とその働き					
			赤 体を作る		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる	
			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
13	木	せきはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			せきはん	
		ホキのあげに	ホキ			しょうが	でんぶん さとう	あぶら
		ほうれんそうともやしのおひたし	かつおぶし		ほうれんそう	もやし		
		すましじる	とうふ	さくらがたかまぼこ わかめ	ねぎ にんじん			
		おいわいいちごゼリー					おいわいいちごゼリー	
14	金	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			むぎごはん	
		げんきどん	ふたにく かまぼこ		にんじん にら	たまねぎ こんにゃく	さとう	あぶら
		きりぼしだいこんのみそしる	とうふ あぶらあげ ミックスみそ		にんじん ねぎ	きりぼしだいこん	じゃがいも	
		オレンジ				オレンジ		
17	月	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ごはん	
		カレー	ふたにく ふたレバー		にんじん	たまねぎ グリンピース	じゃがいも	あぶら
		ツナサラダ	ツナ			きゅうり キャベツ たまねぎ きりぼしだいこん	さとう	あぶら
		やさいとくだものゼリー					やさいとくだものゼリー	
18	火	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ごはん	
		とりにくとじゃがいものあげに	とりにく えだまめ				でんぶん じゃがいも さとう	あぶら
		とうにゅうみそしる	あぶらあげ しろいんげんまめ とうにゅう ミックスみそ		にんじん ねぎ	だいこん はくさい こんにゃく		
		わかめふりかけ		わかめ				
19	水	クロスロール ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			クロスロール	
		にこみハンバーグ	とりにく ふたにく			たまねぎ	さとう	
		ゆでブロッコリー			ブロッコリー			
		やさいスープ	ベーコン		にんじん パセリ	たまねぎ コーン キャベツ		
20	木	ふきいりまぜごはん ぎゅうにゅう	ツナ あぶらあげ	ぎゅうにゅう	にんじん	ほししいたけ ふき	ごはん さとう	あぶら
		ごぼういりつくね	とりにく			たまねぎ ごぼう		
		ゆかりあえ			ゆかりこ	キャベツ きりぼしだいこん きゅうり		
		わかたけじる	とうふ	わかめ	にんじん	たけのこ たまねぎ えのきたけ		
21	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	ふたにく 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 きくらげ しょうが にんにく		
		あげぎょうざ	ふたにく		にら	キャベツ たまねぎ		こむぎこ あぶら
		きゅうりのちゅうかあえ				きゅうり	さとう	ごまあぶら ごま
24	月	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ごはん	
		にくじゃが	ふたにく		にんじん いんげん	たまねぎ こんにゃく	じゃがいも さとう	あぶら
		あじフリッター	あじ					こむぎこ あぶら
		チンゲンサイとたくわんのあえもの			チンゲンサイ	たくわん		ごま
25	火	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			むぎごはん	
		ピピンパ	ふたにく たまご		にら にんじん ねぎ	にんにく たけのこ きりぼしだいこん	さとう	ごまあぶら ごま
		かんでんいりちゅうかスープ	やきふた	いとかんでん	にんじん チンゲンサイ	ほししいたけ		
		ヨーグルト		ヨーグルト				
26	水	ミルクロール ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ミルクロール	
		ポークビーンズ	だいす ふたにく		にんじん	たまねぎ グリンピース	じゃがいも	あぶら
		アスパラとささみのサラダ	とりささみ		アスパラ	コーン キャベツ		ノンエッグマヨネーズ
		かんそうこさかな		かたくちいわし				
27	木	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ごはん	
		とりのからあげ	とりにく			しょうが	でんぶん	あぶら
		もやしのナムル			にんじん	もやし きゅうり	さとう	ごまあぶら ごま
		ちゅうかふうコーンスープ	ベーコン		にんじん チンゲンサイ	たまねぎ コーン きくらげ	でんぶん	
28	金	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ごはん	
		さばのしおやき	さば					
		ごぼうのきんぴら			にんじん	ごぼう グリンピース こんにゃく	さとう	ごまあぶら ごま
		ふだまじる	とうふ かまぼこ		ねぎ にんじん	えのきたけ	まるふ	

- ・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、教科と関連した献立が登場します。4月は「2年生国語ふきのとう」より、ふきいりまぜごはんを味わいます。



### 【欠食の取扱いについて】

- 病気やけが等による長期(連続4日以上)の欠席又は出席停止が見込まれる場合、欠食扱いとすることができます。
- 欠食は、申し出から6日目(土・日・祝日含む)より対応可能です。
- 保護者からの欠食の申し込みをもって欠食扱いとなります。希望される場合は申し出をお願いします。