

4月 中学校給食献立表



目標
準備や後片付けをきちんとしよう

大府市立大府南中学校

日 曜	献立名	体を作る		体の調子を整える		エネルギーになる		エネルギー (kcal)
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	たんぱく質 (g)
11 金	ご飯 牛乳		牛乳			米		808
	マーボー豆腐	豚肉 鶏レバー 豆腐 みそ		にんじん ねぎ	しょうが にんにく 玉ねぎ ねぎ	砂糖 でんぷん	ごま油	
	春雨とキャベツの中華あえ	ツナ			キャベツ コーン	春雨 砂糖	ごま油	
	お祝いデザート	豆乳			いちご	水あめ 砂糖		33.2
14 月	ご飯 牛乳		牛乳			米		759
	さわらのしょうゆ麺焼き	さわら						
	五目きんぴら	豚肉		にんじん さやいんげん	ごぼう れんこん	じゃがいも 砂糖	米油 ごま油 ごま	
	若竹汁	鶏肉 豆腐 かまぼこ	わかめ	みつば	たけのこ 干し椎茸			41.2
15 火	ご飯 牛乳		牛乳			米		754
	米粉のコロッケ	豚肉 牛肉		にんじん	玉ねぎ	じゃがいも 砂糖 米粉 米粉パン粉	米油	
	香の物あえ				キャベツ しょうが 干切り大根漬け			
	豚汁	豚肉 豆腐 みそ		にんじん ねぎ	ごぼう しめじ 大根 ねぎ			27.5
16 水	麦ご飯 牛乳		牛乳			米 大麦		783
	親子煮	鶏肉 かまぼこ 卵		にんじん ねぎ	玉ねぎ 切り干し大根 干し椎茸 ねぎ	砂糖 でんぷん		
	キャベツと生揚げのみそ炒め	生揚げ 豚肉 みそ			キャベツ	砂糖 でんぷん	米油	
	オレンジ				オレンジ			36.8
17 木	ご飯 牛乳		牛乳			米		793
	白身魚フリッター(2個)	たら	オキアミ			小麦粉 でんぷん 砂糖	米油 油	
	じゃがいものうま煮	豚肉 はんぺん		にんじん さやいんげん	しょうが 玉ねぎ	じゃがいも 砂糖	米油	
	青菜のごまあえ			小松菜	もやし	砂糖	ごま	28.8
18 金	麦ご飯 牛乳		牛乳			米 大麦		762
	ハンバーグの玉ねぎソースかけ	鶏肉 豚肉		トマト	玉ねぎ	砂糖		
	ひじきとたけのこの炒め物	ちくわ	ひじき	さやいんげん	たけのこ	砂糖	米油	
	けんちん汁	鶏肉 豆腐 油揚げ		にんじん ねぎ	ごぼう 大根 ねぎ 干し椎茸			28.1
21 月	麦ご飯 牛乳		牛乳			米 大麦		819
	焼きウインナー(2本)	ウインナー						
	カレー	豚肉	牛乳	にんじん	玉ねぎ	じゃがいも	米油	
	ツナサラダ(和風ドレッシング)	ツナ			キャベツ きゅうり コーン		ドレッシング	28.7
22 火	ソフトめん 牛乳		牛乳			ソフトめん		785
	中華あんかけ	豚肉 なんと		にんじん にら	キャベツ たけのこ	でんぷん		
	愛知の食材入り揚げぎょうざ(3個)	豚肉		にんじん	玉ねぎ れんこん	でんぷん 砂糖 小麦粉	米油	
	もやしの中華あえ (塩中華ドレッシング)			チンゲンサイ	もやし 切り干し大根		ドレッシング	33.0

ご入学・ご進級おめでとうございます

色とりどりの花が咲き誇る中、ピカピカの新入生を迎え、新年度が始まりました。ご入学・ご進級おめでとうございます。

学校給食は単なる食事ではなく、「学校給食法」に基づき実施される教育活動です。給食を通して、自分にとって必要な食事の量や栄養バランス、食文化、地場産物、食事のマナーなど、さまざまなことを学んでいきましょう。また、献立表では料理名だけでなく使用する食品や愛知県の郷土料理についてもお知らせしていきます。ご家庭でも献立表をご活用いただき、食卓の話題にしていただけると幸いです。

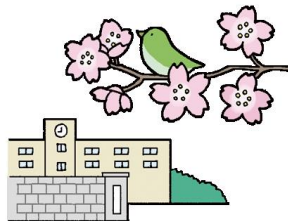
今年度も、安心・安全でおいしい給食を提供できるよう職員一丸となって取り組んでまいります。学校給食へのご理解・ご協力のほど、よろしくお願いいたします。

1年間
よろしくお願いいたします！



裏へ続きます

4月 中学校給食献立表



目標
準備や後片付けをきちんとしよう

大府市立大府南中学校

日 曜	献立名	体を作る		体の調子を整える		エネルギーになる		エネルギー (kcal)
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	たんぱく質 (g)
23 水	ふき入りご飯(アルファ化米) 牛乳	鶏肉 油揚げ	牛乳	にんじん	ごぼう ふき 干し椎茸	アルファ化米 砂糖 アルファ化もち米	米油	781
	いわしのしょうが煮	いわし			しょうが	砂糖 でんぷん		
	野菜とわかめのあえ物		わかめ		白菜 もやし きゅうり			
	豆腐と湯葉のすまし汁	豆腐 湯葉 かまぼこ		にんじん ねぎ	玉ねぎ えのきたけ ねぎ			
	三色団子				よもぎ	米粉 砂糖		33.7
24 木	ご飯 牛乳		牛乳			米		793
	まぐろと高野豆腐の揚げ煮	まぐろ 高野豆腐				でんぷん 米粉 砂糖	米油	
	キャベツのゆかりあえ			赤じそ	キャベツ			
	玉ねぎとじゃがいものみそ汁	豆腐 油揚げ みそ		にんじん ねぎ	玉ねぎ ねぎ	じゃがいも		34.6
25 金	麦ご飯 牛乳		牛乳			米 大麦		774
	ビビンバ(肉卵そばろ)	豚肉 鶏レバー 卵			にんにく	砂糖	米油	
	ビビンバ(ナムル)			小松菜	大豆もやし 切り干し大根	砂糖	ごま油	
	ビビンバ(たれ)	みそ				砂糖	ごま油	
	ビーフンスープ	鶏肉		にんじん にら	白菜 たけのこ 干し椎茸	ビーフン	ごま油	33.9
	ヨーグルト(マスカット)		ヨーグルト		マスカット果汁			
28 月	クロスロールパン 牛乳		牛乳			パン		819
	レバー入りつくね(2個)	鶏肉 鶏レバー			玉ねぎ	でんぷん 米粉パン粉 砂糖	油	
	切り干し大根入り焼きそば	豚肉 いか ちくわ かつお節	青のり	にんじん	切り干し大根 キャベツ しょうが	焼きそばめん		
	甘夏のいちごゼリーあえ				パイン缶 甘夏みかん缶 ナタデココ いちご りんごジュース	砂糖		33.0
30 水	麦ご飯 牛乳		牛乳			米 大麦		782
	ハヤシライス	豚肉		にんじん トマト	玉ねぎ エリンギ	じゃがいも 小麦粉 砂糖	米油 豆乳マーガリン	
	カラフル野菜ソテー	ウインナー		赤ピーマン	キャベツ コーン		オリーブ油	
	豆乳デザート	豆乳				水あめ 砂糖 ココア		27.3

【今月の愛知県産の野菜・くだもの】
じゃがいも・キャベツ・きゅうり・小松菜・大根・
玉ねぎ・みつば・チンゲンサイ・ねぎ・白菜・ふき・
れんこん・切り干し大根



おぶちゃんマーク

23日(水) ふき入りご飯
(郷土料理)

平均値	786
	32.3
基準値	820
	34.0

食塩相当量(g)	
平均値	2.2
基準値	2.5

学校給食の目標のポイント

※「学校給食法」
第二条より
抜粋・要約

1 適切な栄養の摂取
による健康の保持増進。

健康

2 食事について正しい理解を深め、健全な食生活を育む判断力や望ましい食習慣を養う。

3 明るい社会性と協同の精神を養う。

4 自然の恩恵への理解を深め、生命、自然を尊重する精神や環境の保全に寄与する態度を養う。

5 食生活が多くの人々の勤労に支えられていることを理解し、感謝する。

6 伝統的な食文化を理解する。

7 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。

春野菜を食べよう！

寒い冬の季節を耐え、あたたかな春に芽吹く春野菜は、栄養素を豊富に蓄えています。春野菜には、春キャベツのような柔らかく甘いものや、たけのこやふきなどといった、少し苦味があるものもあります。

春が旬の野菜を、おいしくいただきます。

春キャベツ

ふき

たけのこ

大府市のホームページでは【学校給食でお勧めレシピ】として栄養教諭や給食調理員がお勧めするレシピを掲載しています。ぜひ、ご覧いただき、家庭でもお試しください。

ただいま、レシピをリニューアル中です。今までの【学校給食でお勧めレシピ】は旧QRコードからご覧いただくことができます。

適塩などの観点から、調味料の分量や食材の見直しをしているレシピは新QRコードから、ぜひご覧ください！

新



旧



- ・基準値を生徒の実情に合わせて変更しました。
- ・物資の都合により献立を変更することがありますので、ご了承ください。
- ・献立について不明な点は、各学校までお問い合わせください。