

# 4月予定献立表

2024年4月

(愛西市)学校教育課

曜日	献立名	体を作るものになるもの(赤色)		主に体の調子を整えるものになる(緑色)		主にエネルギーのものになるもの(黄色)		びこう
		1群(魚・肉・卵・豆・豆腐)	2群(牛乳・乳製品・小魚・海苔)	3群(緑黄色野菜)	4群(その他の野菜・果物)	5群(米・パン・めん・いも・芋類)	6群(油類)	
8月	せきはん さわらのてりやき いそかあえ はるやさいのすましじる	さわら	牛乳のり	こまつな	はくさい	せきはん さとう でんぶん さとう	ごまじお	小学2年~中学3年 給食開始
9月	ごはん とうみょうのちゅうかびたし ちゅうかうだまごスープ オレンジ	かまぼこ とりにく やきぶた かまぼこ	牛乳	にんじん みつば【あいさい】	はくさい キャベツ【あいち】 えのきだけ うど レタス にんにく しょうが たまねぎ えだまめ だいこん はくさい ねぎ たけのこ オレンジ	ごはん さとう でんぶん	ごまあぶら	免疫カアップ献立
10月	アジフライ キャベツのしおレモンあえ わかめのみそしる	アジフライ(アジ) ぶたにく とうふ あぶらあげ まめみそ しろみそ	牛乳わかめ	にんじん	もやし きゅうり キャベツ【あいち】 レモン だいこん ねぎ	ごはん アジフライ(パンこ) あぶら ごまあぶら	あぶら ごまあぶら	
11月	カレーライス れんこんチップス こうはくゼリーポンチ	ぶたにく	牛乳	にんじん	たまねぎ にんにく しょうが れんこん みかん レモン	むぎごはん じゃがいも カレールウ あぶら あぶら いちごゼリー とうにゅうゼリー さとう	あぶら あぶら	小学1年給食開始
12月	フランクフルト やきそば ごぼうサラダ	フランクフルト ぶたにく ちくわ かつおぶし まぐろあぶらづけ	牛乳	にんじん	キャベツ【あいち】 しょうが ごぼう えだまめ とうもろこし	こがたロールパン ちゅうかめん	あぶら あぶら コーンクリームド レッシング	
15月	あいちのぎょうざ マーボードウフ	あいちのぎょうざ(ぶたにく) とうふ ぶたにく まめみそ	牛乳	あいちのぎょうざ(にんじん) にんじん いら	あいちのぎょうざ(れんこん) たまねぎ たけのこ にんにく しょうが きゅうり にんにく しょうが こんにゃく だいこん たまねぎ	ごはん あいちのぎょうざ(むぎこ) さとう でんぶん	あぶら ごまあぶら	
16月	きゅうりのごまあえ とりにくのからあげ じゃがいものカレーきんぴら あおさじる	とりにく	牛乳	にんじん さやいんげん にんじん	たまねぎ なす にんにく グリーンピース エリンギ たまねぎ キャベツ【あいち】 にんにく みかん パイナップル もも レモン	さとう ごはん さとう	ごまあぶら ごま あぶら ごまあぶら	
17月	ペンネマカロニのミートソース エリンギとベーコンのソテー フルーツポンチ	ぶたにく だいた	牛乳	にんじん チンゲンサイ	たまねぎ なす にんにく グリーンピース エリンギ たまねぎ キャベツ【あいち】 にんにく みかん パイナップル もも レモン	あいちのこめこパン マカロニ さとう でんぶん	あぶら オリーブあぶら	
18月	ごもくあつやきたまご すきやきふうじ	ごもくあつやきたまご(たまご・とりにく) ぶたにく とうふ かまぼこ	牛乳	にんじん	ごもくあつやきたまご(にんじん) ごもくあつやきたまご(たけのこ) こんにゃく しいたけ はくさい ねぎ もやし	さとう ごはん さとう	あぶら	
19月	さけのごまみそやき あいちキャベツと スナップエンドウのサラダ あいいみつばいりたまふじる	さけ まめみそ とりにく	牛乳	スナップエンドウ みつば【あいさい】 にんじん	キャベツ【あいち】 きゅうり とうもろこし はくさい たまねぎ えのきだけ	ごはん さとう ごま たまごなしマヨネーズ	ごま たまごなしマヨネーズ	食育の日献立
22月	きんめろウカット げんまいごはん ワントンスープ	ぶたにく まめみそ やきぶた	牛乳	ほうれんそう みずな【あいち】 いら にんじん	にんにく しょうが もやし だいずもやし しいたけ たまねぎ	きんめろウカットげんまいごはん さとう あぶら ワントン(むぎこ)	あぶら	
23月	ひとくちもゼリー まぐろとだいたのリアソース はるだいのうまに しんたけのこのピリからいため	まぐろ だいた とりにく なまあげ	牛乳	にんじん さやいんげん	キャベツ【あいち】 きゅうり とうもろこし はくさい たまねぎ えのきだけ	ごはん さとう ごま たまごなしマヨネーズ	ごま たまごなしマヨネーズ	食育の日献立
24月	しょうゆラーメン あいちやさいのごまサラダ にんじんとうにゅうむしパン	ぶたにく なると とりにく とうにゅう	牛乳	チンゲンサイ にんじん みずな【あいち】 にんじん	にんにく もやし ねぎ れんこん とうもろこし	ちゅうかめん	あぶら あぶら ごまあぶら	かみかみ献立
25月	にくとうふどん のりしおボテ こんさいたっぶりみそしる	ぶたにく とうふ とりにく まめみそ しろみそ	牛乳	ピーマン にんじん	しょうが たまねぎ だいこん ごぼう ねぎ こんにゃく	さとう さとう りんごジュース ごはん さとう でんぶん じゃがいも さといも でんぶん	あぶら あぶら	
26月	ミルクルロールパン アスパラサラダ スイートコンスープ	タラ	牛乳	アスパラガス ほうれんそう	きゅうり えだまめ とうもろこし たまねぎ しめじ	ミルクルロールパン さとう たまごなしマヨネーズ パンこ さとう でんぶん	あぶら あぶら	
30月	ハンバーグのおろしソースかけ ひじきのために じゃがいもだんごじる	ハンバーグ(とりにく) かつおぶし だいた ちくわ とりにく かまぼこ	牛乳ひじき	にんじん にんじん こまつな	だいこん ハンバーグ(たまねぎ) えだまめ しいたけ	ごはん さとう でんぶん さとう あぶら	あぶら	鉄強化献立

※ごはん、牛乳は愛知県産物資を使用しております。

※天候や物資購入等の都合により、献立及び食材を変更することがあります。

## ＜今月の栄養価＞

	エネルギー kcal	たんぱく質 %	脂質 %		エネルギー Kcal	たんぱく質 %	脂質 %
小学校 基準値	650	摂取エネルギーの 13~20%	摂取エネルギーの 20~30%	中学校 基準値	830	摂取エネルギーの 13~20%	摂取エネルギーの 20~30%
月平均	592	16.9%	26.9%	月平均	740	16.1%	24.6%

☆ 毎月19日は「食育の日~おうちでごはんの日~」です。

## 学校教育課からのお知らせ

愛西市では、子育て世帯の経済的支援策として、市内中学校の生徒に対して給食費(1食330円)を市が負担して無償化しています。また、市内小学生に対しては給食1食当たり10円を市が負担し補助しています。



給食費の取り扱いについて、お子様の都合により連続5日以上給食を食べない場合、欠食扱いとし返金(年度末に調整)することができる場合があります。ただし、食材発注の関係上、直前のご連絡では対応できない場合もあります。できるだけ早めにお知らせいただきますようお願いいたします。詳しくは教育委員会学校教育課までお問い合わせください。