




# 瀬戸市 令和7年 4月分献立表 [10回/月]

毎月19日は「食育の日」  
～おうちでごはんの日～

瀬戸市中学校・掛川小学校

日	曜	献立名	[赤] おもに体をつくるものとなる		[緑] おもに体の調子を整えるものとなる		[黄] おもにエネルギーのものとなる		
			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・きのこ・果物	穀類・いも類・さとう	油脂類・種実類	
<p><b>ご入学・ご進級おめでとうございます</b></p> <p>小学校1年生の給食は23日(水)から始まります。</p>									
16	水	ミルクロールパン <small>発酵乳</small>		はっこう乳				パン	
		パスタと大豆のミートソース煮	ぎゅうにく・ぶたにく・だいず		にんじん・パセリ・トマト	たまねぎ・マッシュルーム		マカロニ・さとう	あぶら
		ごぼうサラダ	ささみみずに		ブロッコリー・にんじん	ごぼう・だいこん		さとう	ごまあぶら・たまごめきドレッシング
17	木	玄米ごはん <small>牛乳</small>		牛乳				こめ・げんまい	
		カレー	ぶたにく		にんじん・かぼちゃ	たまねぎ		じゃがいも・さとう	あぶら
		イタリアンサラダ	ベーコン	チーズ	にんじん	キャベツ・とうもろこし・きゅうり		さとう	アーモンド・あぶら
18	金	とりめし	とりにく		にんじん	こんにゃく・えだまめ・しいたけ・ごぼう		こめ・さとう	
		牛乳		牛乳					
		あじフライ	あじ					こむぎこ・パンこ	あぶら
		ひじきサラダ	オイルツナ	ひじき	ほうれんそう・にんじん	とうもろこし・もやし		さとう	ごま
21	月	ごはん <small>牛乳</small>		牛乳				こめ	
		五目あんかけスープ	ぶたにく・なまあげ		にんじん・チンゲンサイ	たまねぎ・しいたけ・はくさい・たけのこ		さとう	ごまあぶら
		揚げぎょうざ (小2個・中3個)	ぶたにく・だいず			キャベツ・たまねぎ・にら・しょうが		こむぎこ・さとう	ラード・ごまあぶら・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
22	火	【旬の食材】ふき 「ふきのとう」として知られているのは花のつぼみで、花が終わると茎や葉が伸びて「ふき」と呼ばれるものになります。							
		麦ごはん <small>牛乳</small>		牛乳				こめ・おおむぎ	
		親子煮	とりにく・たまご・かまぼこ・こおりどうふ		にんじん	たまねぎ・ねぎ		さとう	
		いわしの梅煮	いわし			うめぼし		さとう	
		れんこんとふきのきんぴら	かんぱち・オイルツナ		にんじん	れんこん・ふき・こんにゃく		さとう	ごまあぶら
23	水	あいちの米粉パン <small>牛乳</small>		牛乳				こめこパン	
		クリームシチュー	とりにく	牛乳	かぼちゃ・にんじん	たまねぎ・しめじ		じゃがいも・こむぎこ・いんげんまめ	バター
		アスパラガスのサラダ	ベーコン		アスパラガス・にんじん	キャベツ・きゅうり・とうもろこし		さとう	あぶら
24	木	ごはん <small>牛乳</small>		牛乳				こめ	
		洋風団子汁	ぶたにく・なまあげ・みそ	わかめ・牛乳	にんじん	だいこん・ねぎ・はくさい		こめこだんご	
		厚焼き卵	たまご					さとう	あぶら
		#鶏肉とさつまいもの甘辛煮	とりにく		にんじん	しいたけ		さつまいも・さとう	あぶら
25	金	麦ごはん <small>牛乳</small>		牛乳				こめ・おおむぎ	
		マーボー豆腐	とうふ・ぶたにく・みそ		にんじん・にら	ねぎ・しょうが・にんにく		さとう	ごまあぶら
		パンバンジーサラダ	ささみみずに		にんじん	きゅうり・キャベツ		さとう	ごま・ごまあぶら
		アセロラゼリー				アセロラかじゅう		さとう	
28	月	麦ごはん <small>牛乳</small>		牛乳				こめ・おおむぎ	
		のっぺい汁	ぶたにく・とうふ・あぶらあげ		にんじん	だいこん・えのきたけ・ねぎ		じゃがいも	
		コロケ	だいず		にんじん	れんこん		じゃがいも・パンこ・こむぎこ・こめこ・さとう	あぶら
		じゃこなっぱ		しらすぼし	こまつな・にんじん	きりぼしだいこん		さとう	
30	水	わかめごはん <small>牛乳</small>		わかめ・牛乳				こめ	
		ふんわり卵の小松菜スープ	とりにく・たまご・かまぼこ・とうふ		こまつな・にんじん	もやし・しいたけ			
		肉だんご (2個)	とりにく・だいず			たまねぎ		さとう・パンこ	あぶら
		切りほしだいこんごまあえ			にんじん	きりほしだいこん・きゅうり		さとう	ごま

#は応募料理

「小」は小学校のみ、「中」は中学校のみ

[付記]材料の都合により多少の変更を、お許し願います。

4月の応募料理 24日(木) 「鶏肉とさつまいもの甘辛煮」 效範小学校 I.M.様