

令和6年4月分 予定献立表



小学校

刈谷市学校給食センター

日／曜	献立名 主食 牛乳 主菜 副菜 その他 順	赤 主に体の組織をつくる食品		緑 主に体の調子を整える食品		黄 主にエネルギーになる食品		たんぱく質 (g)
		たんぱく質 魚・肉・卵 豆・豆製品	無機質 牛乳・乳製品 小魚・海そう	ビタミン 緑黄色野菜 その他の野菜 果物・きのこ		炭水化物 米・パン・めん 芋・砂糖	脂質 油脂・種実類	
9 火	金芽玄米ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ げんまい		
	あじフライのレモン煮	あじ			レモンかじゅう	こむぎこ パンこ さとう	こめあぶら	694
	ポークストロガノフ	ぶたにく	だっしふんにゅう	トマト にんじん パセリ	たまねぎ えのきたけ		こめあぶら デミグラスソース ハヤシルウ	27.7
	春キャベツのコールスロー				えだまめ はるキャベツ とうもろこし		ドレッシング	
10 水	小型ロールパン 牛乳		飲用牛乳			こがたロールパン		
	野菜たっぷり焼きそば	ぶたにく		チンゲンサイ にんじん	キャベツ たまねぎ	ちゅうかさば	こめあぶら	581
	肉団子の甘辛煮（2個）	とりにく ぶたにく ぎゅうにく			たまねぎ	さとう りんごジュース		23.2
	フルーツのはちみつレモンゼリーあえ				おうとう パイナップル みかん	はちみつレモンゼリー		
11 木	ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ		
	春巻き	ぶたにく		にんじん にら	キャベツ もやし エリンギ	はるまきのかわ	こめあぶら	636
	マーボー豆腐	ぶたにく とうふ まめみそ		にんじん ねぎ	たまねぎ たけのこ しょうが	さとう でんぶん	ごまあぶら	23.4
	チンゲンサイともやしのサラダ			にんじん チンゲンサイ	もやし		ドレッシング	
12 金	ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ		
	さけのみぞれ銀紙焼き	さけ	さけなかほね		だいこん			651
	鶏肉と新じゃが芋の煮物	とりにく なまあげ		さやいんげん にんじん	たまねぎ	じゃがいも さとう		27.6
	ひよこ豆とキャベツのサラダ	ひよこまめ			きゅうり キャベツ		ドレッシング	
15 月	ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ		
	コーンしゅうまい（2個）	たら とうふ			とうもろこし たまねぎ	しゅうまいのかわ		630
	豚肉と生揚げのみそ野菜いため	ぶたにく なまあげ まめみそ		にんじん チンゲンサイ	キャベツ もやし にんにく しょうが	さとう でんぶん	こめあぶら	23.5
	清見オレンジ				きよみオレンジ			
16 火	ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ		
	チキンカレー 1年生 給食開始	とりにく		トマト にんじん	たまねぎ しょうが にんにく しめじ		こめあぶら カレールー	684
	コロケ				たまねぎ	じゃがいも パンこ こむぎこ	こめあぶら	22.2
	福神あえ				キャベツ ふくじんづけ		ごま	
17 水	ミルクロールパン 牛乳		飲用牛乳			ミルクロールパン		
	鶏肉のハーブ焼き	とりにく		バジル パセリ				586
	ベーコンとじゃが芋のスープ煮	ベーコン		にんじん こまつな	たまねぎ キャベツ しめじ	じゃがいも 		26.8
	ツナとコーンのサラダ	まぐろあぶらづけ			きゅうり とうもろこし		ドレッシング	
19 金	ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ		
	まぐろカツ 	まぐろ			たまねぎ しょうが	パンこ こむぎこ	こめあぶら	568
	ごはん汁【大阪府】 	おかからいりとりくだんご あぶらあげ		にんじん ねぎ	だいこん ごぼう			23.3
	刈谷市産きゅうりの香味あえ 				刈谷市産きゅうり とうもろこし にんにく	さとう	ごまあぶら	
22 月	ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ		
	ハンバーグの照り焼きソースかけ	ぶたにく とりにく			たまねぎ しょうが にんにく	さとう でんぶん	ごまあぶら	623
	お祝いすまし汁 	かまぼこ とうふ		こまつな にんじん	はくさい えのきたけ			21.8
	たくあんあえ 				キャベツ たくあん		ごま	
23 火	【花見団子】					はなみだんご		
	ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ		
	若鶏の唐揚げ	とりにく			しょうが	でんぶん	こめあぶら	644
	はるさめと新玉ねぎの中華スープ	なまあげ		にんじん ねぎ	たまねぎ とうもろこし 	はるさめ	ごまあぶら	24.3
	もやしと小松菜のナムル		のり	こまつな	もやし		ごま ごまあぶら	
	献立表の見方	[] : 卓上物	[] : 業者配送	太字 : 新献立	◆ : 我が家のじまん料理	エネルギー基準値 650キロカロリー	たんぱく質基準値 26.8グラム	

材料は、すべてを記載しているものではありません。アレルギー物質については、アレルギー関連書類で確認してください。
食材については細心の注意を払って、安全確保に努めています。材料などの入荷状況により献立を変更することがあります。
献立表および食材の産地は、刈谷市のホームページに掲載しています。

《給食で使用する魚は、できるかぎり骨が気にならないものを使用していますが骨が残っていることがあります》



24 水	野菜たっぷりボロネーゼ (ソフトめん・ソース)	牛乳	ぶたにく たいいず	飲用牛乳	トマト にんじん	たまねぎ セロリ にんにく	ソフトめん こむぎこ さとう	こめあぶら	66.8
	白身魚の香草焼き		ホキ		バジル			こめあぶら	33.8
	ひじきサラダ			ひじき		きゅうり とうもろこし	さとう	ドレッシング	
25 木	ご飯	牛乳		飲用牛乳			こめ		
	いわしの煮付け		いわし			しょうが			60.4
	キャベツのみそ汁		なまあげ あわせみそ		にんじん こまつな	キャベツ たまねぎ だいこん			25.5
	じゃが芋のカレーきんぴら	富士松北小学校6年生	ハム			えだまめ	じゃがいも さとう	こめあぶら	
26 金	ご飯	牛乳		飲用牛乳			こめ		
	◆切りほし大根と青じそのつくね	父倉 梨煥さんの 我家のじまん料理です	とりにく まめみそ ぶたにく なまあげ とうにゅう		あおじそ	きりほしたいこん	パンこ	こめあぶら	57.5
	野菜と生揚げの豆乳煮				チンゲンサイ にんじん	キャベツ たけのこ しめじ			28.1
	きゅうり昆布			こんぶ		きゅうり		ごまあぶら	
30 火	ご飯	牛乳		飲用牛乳			こめ		
	けんちんしのだ		どうふ あぶらあげ たら	ひじき	にんじん				63.5
	〔甘みそ〕		あまみそ						
	鶏団子汁		かまぼこ とりにくだんご		にんじん こまつな	はくさい	じゃがいも		24.7
	新玉ねぎとわかめのじゃこポン酢あえ		かつおぶし	しらすばし わかめ		たまねぎ			

主 食 (こめ(刈谷市産) こむぎ) 飲用牛乳 こまつな チンゲンサイ ねぎ パセリ ほうれんそう キャベツ
きゅうり セロリ だいこん たまねぎ はるキャベツ きりぼしだいこん だいず しらすぼし ぶたにく とりにく みそ

献立表には、献立や材料などのほかにも、いろいろな食に関する情報が載っています。
ぜひ、献立表をよく見て、給食を食べましょう！

主に体の組織をつくる食品		主に体の調子を整える食品		主にエネルギーになる食品	
たんぱく質	無機質	ビタミン		炭水化物	脂質
魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	その他の野菜 緑黄色野菜 果物・きのこ		米・パン・めん 芋・砂糖	油脂・種実類
牛乳	飲用牛乳			こめ	
〇〇小学校6年生 〇〇〇〇さんの 我が家のじまん料理です。	たまご				
牛肉の煮物	きゅうにく なまあげ	さいやんげん にんじん	たまねぎ	じゃがいも さとう	
根のシャキシャキ海そうサラダ	まぐろ	かいそう	きゅうり きりぼしだいこん	だいずあぶら ごま ノンエッグマヨネーズ	
牛乳	飲用牛乳			こめ	
日本全国 味めぐり 大分県	とりにく	食材は料理ごとの行に記載されています			
	ぶたにく あわせみそ	にんじん	ねぎ	はくさい	だんご(ひたなめんよう) さいとも
とびじきのツナあえ	まぐろ	ひじき	にんじん	きりたんぽう きゅうり もやし	さとう
					だいずあぶら
卓上食物	業者配送	太字	しんこんで	わ	や
[] : 卓上食物	[] : 業者配送	太字	新献立	◆ : 我が家のじまん料理	エネルギー基準値 650キロカロリー
					たんぱく質基準値 26.8グラム

『我が家のじまん料理』
は、5、6年生が応募してくれた中から
選ばれた料理です。

『日本全国味めぐり』は、毎月食育の日の前後に、全国の郷土料理や、特産物を使った料理が登場します。

- ① 新玉ねぎは、半分に切って薄くスライスします。
しんたまねぎ はんぶん き うえ
- ② カットわかめは、水で戻しておきます。
カットわかめ みず んど
- ③ 鍋に湯を沸かし、新玉ねぎとしらす干し、わかめをさっとゆでて水にさらし、水をよく切っておきます。
なべ ゆめい わけ しんたまねぎ しらす ぼし
め さっと ゆで て みず にさら し みず をよく 切っ て おきま す。
- ④ ③をポン酢しょうゆとかつお節であえて出来上がりです。
す しょうゆ かつお ぶし できあがり