

令和6年4月分 予定献立表

幼児園

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 の順	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		エネルギー (kcal)
		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 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			米 玄米		480 19.8
	あじフリッター	あじ	おきあみ あおさ			小麦粉	大豆油 米油	
	ポークストロガノフ	豚肉	脱脂粉乳	トマト にんじん パセリ	玉ねぎ えのきたけ		米油 デミグラスソース ハヤシルー	
	春キャベツのコールスロー				枝豆 春キャベツ 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			小型ロールパン		480 18.7
	野菜たっぷり焼きそば	豚肉		チンゲンサイ にんじん	キャベツ 玉ねぎ	中華そば	米油	
	肉団子の甘辛煮	鶏肉 豚肉 牛肉			玉ねぎ	砂糖 りんごジュース		
	フルーツのはちみつレモンゼリーあえ				黄桃 バイナップル みかん	はちみつレモンゼリー		
11 木	ご飯 牛乳		飲用牛乳			米		531 18.5
	春巻き	豚肉		にんじん	キャベツ 玉ねぎ しょうが	はるさめ 春巻きの皮	米油	
	マーボー豆腐	豚肉 豆腐 豆みそ		にんじん ねぎ	玉ねぎ たけのこ しょうが	砂糖 でん粉	ごま油	
	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			米		515 22.1
	いわしの梅煮	いわし			梅肉			
	鶏肉と新じゃが芋の煮物	鶏肉 生揚げ		さやいんげん にんじん	玉ねぎ	じゃが芋 砂糖		
	ひよこ豆とキャベツのサラダ	ひよこ豆			きゅうり キャベツ		ドレッシング	
15 月	ご飯 牛乳		飲用牛乳			米		437 17.8
	コーンしゅうまい	たら 豆腐			とうもろこし 玉ねぎ	しゅうまいの皮		
	豚肉と生揚げのみそ野菜いため	豚肉 生揚げ 豆みそ		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	砂糖 でん粉	米油	
	清見オレンジ				清見オレンジ			
16 火	ご飯 牛乳		飲用牛乳			米		509 18.0
	チキンカレー	鶏肉		トマト にんじん	玉ねぎ しょうが にんにく しめじ		米油 カレールウ	
	コロッケ				玉ねぎ	じゃが芋 パン粉 小麦粉	米油	
	福神あえ				キャベツ 福神漬		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		482 22.2
	鶏肉のハーブ焼き	鶏肉		バジル パセリ				
	ベーコンとじゃが芋のスープ煮	ベーコン		にんじん 小松菜	玉ねぎ キャベツ しめじ	じゃが芋		
	ツナとコーンのサラダ	まぐろ油漬			きゅうり とうもろこし		ドレッシング	
18 木	ご飯 牛乳		飲用牛乳			米		443 18.6
	ちくわのカレー揚げ	ちくわ				小麦粉	米油	
	じゃが芋と大豆のそぼろ煮	鶏肉 大豆		にんじん さやいんげん	こんにゃく 玉ねぎ	じゃが芋 砂糖		
	ほうれん草ともやしの和風サラダ			ほうれん草	もやし		ドレッシング	
19 金	ご飯 牛乳		飲用牛乳			米		442 19.5
	まぐろカツ	まぐろ			玉ねぎ しょうが	パン粉 小麦粉	米油	
	ごんぼ汁【大阪府】	おから入り鶏肉団子 油揚げ		にんじん ねぎ	大根 ごぼう			
	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	砂糖	ごま油	
22 月	ご飯 牛乳		飲用牛乳			米		402 16.5
	ハンバーグの照り焼きソースかけ	豚肉 鶏肉			玉ねぎ しょうが にんにく	砂糖 でん粉	ごま油	
	お祝いすまし汁	かまぼこ 豆腐		小松菜 にんじん	白菜 えのきたけ			
	たくあんあえ				キャベツ たくあん		ごま	
23 火	プチりんごゼリー					ゼリー		473 19.1
	ご飯 牛乳		飲用牛乳			米		
	若鶏の唐揚げ	鶏肉			しょうが	でん粉	米油	
	はるさめと新玉ねぎの中華スープ	生揚げ		にんじん ねぎ	玉ねぎ とうもろこし	はるさめ	ごま油	
	もやしと小松菜のナムル		のり	小松菜	もやし		ごま ごま油	

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
490kcal

たんぱく質基準値
20.2g

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》



幼稚園

24	野菜たっぷりポロネーゼ (ソフトめん・ソース)	牛乳	豚肉 大豆	飲用牛乳	トマト にんじん	玉ねぎ セロリ にんにく	ソフトめん 小麦粉 砂糖	米油	538
水	白身魚の香草焼き		ホキ		バジル			米油	27.5
	ひじきサラダ			ひじき		きゅうり とうもろこし	砂糖	ドレッシング	
25	ご飯	牛乳		飲用牛乳			米		
木	いわしの煮付け		いわし			しょうが			44.7
	キャベツのみそ汁		生揚げ 合わせみそ		にんじん 小松菜	キャベツ 玉ねぎ 大根			20.2
	じゃが芋のカレーきんぴら		ハム			枝豆	じゃが芋 砂糖	米油	
26	ご飯	牛乳		飲用牛乳			米		
金	◆切り干し大根と青じそのつくね		鶏肉 豆みそ		青じそ	切り干し大根	パン粉	米油	43.9
	野菜と生揚げの豆乳煮		豚肉 生揚げ 豆乳		チンゲンサイ にんじん	キャベツ だけのこ しめじ			24.1
	きゅうり昆布			昆布		きゅうり		ごま油	
30	ご飯	牛乳		飲用牛乳			米		
火	けんちんしのだ		豆腐 油揚げ たら	ひじき	にんじん				44.8
	【甘みそ】		甘みそ						
	じゃが芋のすまし汁		かまぼこ		にんじん 小松菜	白菜	じゃが芋		17.7
	新玉ねぎとわかめのじゃこポン酢あえ		かつお節	しらす干し わかめ		玉ねぎ			

愛知県産の食材
(4月の予定)

主食(米(刈谷市産) 小麦) 飲用牛乳 小松菜 チンゲンサイ ねぎ バセリ ほうれん草 キャベツ
きゅうり セロリ 大根 玉ねぎ 春キャベツ 切り干し大根 大豆 しらす干し 豚肉 鶏肉 みそ

献立表の見方

献立表には、献立や材料などのほかに、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！

献立名は、上から「主食」「主菜」「副菜」「その他」の順となっています。	献立名	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		エネルギー (kcal)
		たんぱく質	無機質	ビタミン		炭水化物	脂質	
		1 群 魚・肉・卵 豆・豆製品	2 群 牛乳・乳製品 小魚・海そう	3 群 緑黄色野菜	4 群 その他の野菜 果物・きのこ	5 群 米・パン・めん 芋・砂糖	6 群 油脂・種実類	
給食に初めて登場するメニューは太字になっています。	ご飯	牛乳	飲用牛乳			米		
	厚焼き卵	卵						
	じゃが芋と牛肉の煮物	牛肉	生揚げ	さやいんげん にんじん	玉ねぎ	じゃが芋 砂糖		
	◆切り干し大根のジャキジャキ海そうサラダ	まぐろ	海そう		きゅうり 切り干し大根		大豆油 ごま油 ノンエッグマヨネーズ	
	ご飯	牛乳	飲用牛乳			米		
	とり天	鶏肉						
	だんご汁(大分県)	豚肉 合わせみそ		にんじん	白菜	じゃが芋		
	切り干し大根とひじきのツナあえ	まぐろ	ひじき	にんじん	切り干し大根 きゅうり もやし	砂糖	大豆油	
『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。	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 (kcal)
								たんぱく質基準値 (g)

『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。

日本全国味めぐり

ごんぼ汁

大阪の人々に江戸時代から親しまれてきた料理です。「ごんぼ」はごぼうのことで、大豆から作られた「おから」と季節の野菜を使っています。給食では、鶏肉とおから合わせた団子にしています。

今月の味めぐりは「大阪府」です

おすすめ 朝食に使える給食レシピ♪

新玉ねぎとわかめのじゃこポン酢あえ



一材料(4人分) -

新玉ねぎ	160g
しらす干し	15g
カットわかめ	1.5g
かつお節	4g
ポン酢しょうゆ	大さじ1.5

一作り方 -

- ① 新玉ねぎは、半分に切って薄くスライスします。
- ② カットわかめは、水で戻しておきます。
- 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。
- 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。