

令和7年4月分 予定献立表



幼稚園

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	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	緑黄色野菜	その他の野菜 果物・きのこ	米・パン・めん 芋・砂糖	油脂・種実類	
11 金	ご飯 牛乳		飲用牛乳			米		
	マーボー豆腐	豚肉 豆腐 豆みそ		にんじん 小松菜	玉ねぎ しょうが にんにく	砂糖 でん粉	ごま油	537
	春巻き	豚肉		にんじん	玉ねぎ キャベツ しょうが ししいたけ	春巻きの皮 はるさめ	米油	19.5
	キャベツとわかめのナムル		わかめ		キャベツ しょうが		ごま油	
14 月	ご飯 牛乳		飲用牛乳			米		
	ポークストロガノフ	豚肉	脱脂粉乳	トマト	玉ねぎ 枝豆 しめじ		デミグラスソース ハヤシルウ	463
	ポテトサラダ	ハム		にんじん	きゅうり	じゃが芋	ドレッシング	19.5
	清見オレンジ				清見オレンジ			
15 火	ご飯 牛乳		飲用牛乳			米		
	鶏肉とレバーのケチャップあえ	鶏肉 レバー			しょうが	でん粉 砂糖	米油	435
	わかめスープ	わかめ		にんじん ねぎ	キャベツ 玉ねぎ とうもろこし		ごま油	19.1
	◆切り干し大根たっぷり！切り干し大根のチャプチェ	豚肉 豆みそ		にんじん ピーマン	切り干し大根 にんにく	砂糖	ごま油	
16 水	黒ロールパン 牛乳		飲用牛乳			黒ロールパン		
	ハンバーグのオニオンソースかけ	豚肉 鶏肉			玉ねぎ しょうが にんにく	砂糖 でん粉		534
	白いんげん豆のポタージュ	ベーコン	牛乳 生クリーム	にんじん	マッシュルーム	白いんげん豆 じゃが芋	ベシヤメルソース	23.2
	三つ葉とキャベツのサラダ			三つ葉	キャベツ とうもろこし		ドレッシング	
17 木	ご飯 牛乳		飲用牛乳			米		
	いわしの梅煮	いわし			梅肉			479
	大根と生揚げの豆乳煮	豚肉 生揚げ 豆乳		チンゲンサイ にんじん	大根 たけのこ しめじ		ごま	22.4
	きんぴらごぼう			にんじん	ごぼう	砂糖	ごま油 米油	
18 金	金芽玄米ご飯 牛乳		飲用牛乳			米 玄米		
	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 マッシュルーム		米油 カレールウ	506
	コロッケ				玉ねぎ	じゃが芋 小麦粉 パン粉	米油	18.3
	福神あえ				キャベツ 福神漬		ごま	
21 月	ご飯 牛乳		飲用牛乳			米		
	ちくわの利休揚げ	ちくわ				小麦粉	ごま 米油	410
	実だくさんみそ汁	鶏肉 油揚げ 米みそ 豆みそ		にんじん ねぎ	こんにゃく 玉ねぎ	じゃが芋		17.4
	㊟刈谷市産きゅうりの昆布あえ		昆布		刈谷市産きゅうり		ごま油	
22 火	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	449
	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			18.4
	キャベツときゅうりのサラダ				キャベツ きゅうり とうもろこし		ドレッシング	
23 水	小型ロールパン 牛乳		飲用牛乳			小型ロールパン		
	野菜たっぷり焼きそば	豚肉 ちくわ		チンゲンサイ にんじん	キャベツ 玉ねぎ	中華そば	米油	480
	ごぼう入りつくね	鶏肉			玉ねぎ ごぼう しょうが			19.1
	フルーツカクテル				黄桃 パイナップル	りんごゼリー ぶどうゼリー ももゼリー 豆乳ゼリー		
24 木	ご飯 牛乳		飲用牛乳			米		
	ハヤシチュー	豚肉	脱脂粉乳	にんじん	玉ねぎ グリンピース	じゃが芋	ハヤシルウ	461
	あじフリッター	あじ	おきあみ あおさ			小麦粉	大豆油 米油	17.7
	カラフルソテー			小松菜 赤パプリカ 黄パプリカ	キャベツ		米油	

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

㊟旬の料理

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》



幼児園

25	金	ご飯	牛乳		飲用牛乳			米		
		さばの塩焼き	さば							494
		肉じゃが	豚肉		にんじん さやいんげん	こんにゃく 玉ねぎ		じゃが芋 砂糖		25.5
		きゅうりとわかめの三杯酢		わかめ		きゅうり		砂糖		
28	月	ご飯	牛乳		飲用牛乳			米		
		子持ちししゃもフライの南蛮漬け		子持ちししゃも	ねぎ			パン粉 小麦粉 砂糖	米油	395
		新じゃが芋のみそ汁	生揚げ 米みそ		チンゲンサイ	玉ねぎ えのきたけ		じゃが芋		15.0
		切り干し大根のあえ物		ひじき	にんじん	とうもろこし 切り干し大根 きゅうり もやし		砂糖		
30	水	豚肉とトマトのスパゲティ (ソフトめん・ソース)	豚肉 大豆	飲用牛乳	トマト にんじん ピーマン	玉ねぎ エリンギ		ソフトめん 砂糖		472
		白身魚の香草焼き	ホキ		バジル				米油	26.0
		春キャベツのオリーブオイルいため		昆布		春キャベツ にんにく			オリーブオイル	

愛知県産の食材 (今月の予定) 主食(米(刈谷市産) 小麦) 飲用牛乳 小松菜 チンゲンサイ にんじん 三つ葉 キャベツ きゅうり 玉ねぎ 春キャベツ 豚肉 大豆 豆みそ 豆腐 切り干し大根 干ししいたけ

献立表の見方

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！

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。

給食に初めて登場するメニューは太字になっています。

『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	たんぱく質 (g)
主食 牛乳 主菜 副菜 その他 の順	魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色野菜 その他の野菜 果物・きのこ		米・パン・めん 芋・砂糖	油脂・種実類	
○ 鶏肉とレバーのケチャップあえ	鶏肉	飲用牛乳			米		435
○ わかめスープ	わかめ		にんじん ねぎ	キャベツ 玉ねぎ とうもろこし		ごま油	19.1
◆切り干し大根たっぷり！切り干し大根のチャプチェ	豚肉 豆みそ		にんじん ピーマン	砂糖	ごま油		
○ ちくわの利休揚げ	ちくわ	飲用牛乳			小麦粉	ごま 米油	410
■ 実だくさんみそ汁	鶏肉 油揚げ 米みそ 豆みそ		にんじん ねぎ	こんにゃく 玉ねぎ	じゃが芋		17.4
⑩刈谷市産きゅうりの昆布あえ		昆布	刈谷市産きゅうり		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 ⑩旬の料理					エネルギー基準値 490kcal	たんぱく質基準値 20.2g	

我が家のじまん料理

地元の旬を味わう日

食材は料理ごとの行に記載されています

『地元の旬を味わう日』は、毎月食育の日の前後に、愛知県産や、刈谷市の食材を使った料理が登場します。

地元の旬を味わう日

今月の旬は「ハウスきゅうり」です



今年度は、毎月食育の日の前後に「地元の旬を味わう日」と題して、愛知県産や、刈谷市の食材を使った料理を給食に取り入れ、地場産物への理解を深めていきます。愛知県は農業がとても盛んで、この土地ならではのおいしい食材がたくさんあります。地元の旬の味を、給食で味わってみましょう。

ハウスきゅうり 地元：愛知県西三河 旬の時期：3月から5月

きゅうりの旬は、一般的には夏といわれることが多いですが、この地域では主に冬から春までハウスで栽培しています。水分が多く、さわやかな味わいと鮮やかな緑色が特徴です。漬物をはじめ、サラダ、酢の物、中華風のいため物など幅広く利用できます。

おすすめ

朝食に使える給食レシピ♪

春キャベツのオリーブオイルいため

一材料（4人分）

春キャベツ	160g
塩昆布	4g
にんにく（おろし）	1g
オリーブオイル	小さじ1
塩	少々

一作り方

- ① 春キャベツは、食べやすい大きさに切ります。
- ② 鍋に、オリーブオイル、にんにくを入れ火にかけます。
- ③ ①の春キャベツを入れていためます。
- ④ ③に塩昆布を入れていため、味をみて塩を加えて出来上がりです。

