

# 4月の学校給食こんだて (令和8年度)

第5ブロック 瑞穂区・南区・緑区

【めあて】 いろいろな食品について知ろう

名古屋市教育委員会

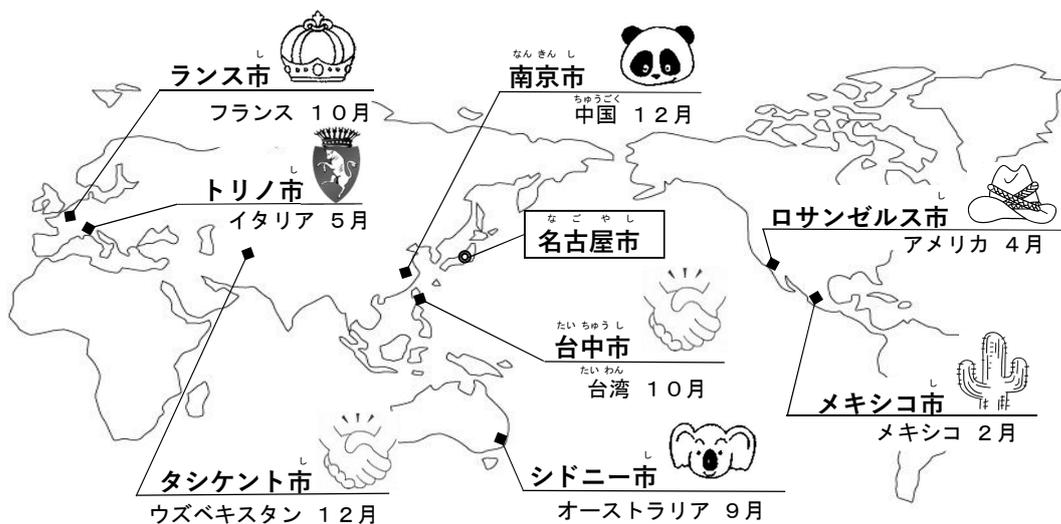
| 日 曜  | こんだて          |               | 除去食 | 食 品 の 主 な は た ら き |                       |                              |
|------|---------------|---------------|-----|-------------------|-----------------------|------------------------------|
|      |               |               |     | エネルギーのもとになる       | 体をつくるもとになる            | 体の調子を整えるもとになる                |
| 10 金 | ごはん           | ハヤシシチュー       |     | じゃがいも、油、米粉        | 豚肉                    | にんじん、たまねぎ、にんにく               |
|      |               | ミニハンバーグ       |     | でん粉、油、米粉パン粉       | だいず、豚肉、鶏肉             | たまねぎ                         |
|      | 牛乳            |               |     |                   |                       |                              |
| 13 月 | ごはん           | とりめし          |     | 油、砂糖              | 鶏肉、油揚げ                | 糸こんにゃく、にんじん、ごぼう              |
|      |               | すまし汁          |     |                   | ゆば、わかめ                | 水耕ねぎ                         |
|      | 牛乳            | はっ酵乳          |     | 砂糖                | 全粉乳、脱脂粉乳              |                              |
| 14 火 | ごはん           | 生揚げと豚肉のみそいため煮 |     | 油、砂糖              | 豚肉、生揚げ、みそ             | にんじん、たけのこ、ねぎ、しょうが            |
|      |               | ふのすまし汁        |     | ふ                 | 花かまぼこ                 | ねぎ                           |
|      | 牛乳            |               |     |                   |                       |                              |
| 15 水 | プレーン<br>ロールパン | ミートボールスープ     |     | 小麦粉、パン粉、油、でん粉     | だいず、牛肉、豚肉、鶏肉          | たまねぎ、にんじん、はくさい、こまつな<br>干しいたけ |
|      |               | フィッシュナゲット     |     | でん粉、油、米粉パン粉       | えそすり身                 | たまねぎ                         |
|      | 牛乳            |               |     |                   |                       |                              |
| 16 木 | ごはん           | カレーメンチカツ      |     | 小麦粉、パン粉、でん粉、油     | 豚肉                    | たまねぎ                         |
|      |               | みそ汁           |     | じゃがいも             | とうふ、みそ、信州みそ           | たまねぎ、キャベツ                    |
|      | 牛乳            | おかかふりかけ       |     | 砂糖                | しらす干し、細切りこんぶ<br>けずりぶし |                              |
| 17 金 | 中華めん          | 野菜しょうゆラーメン    |     | 油、でん粉             | 豚肉、いか                 | にんじん、チンゲン菜、もやし、ねぎ、にんにく       |
|      |               | 揚げつくね         |     | でん粉、油             | 鶏肉                    | キャベツ                         |
|      | 牛乳            |               |     |                   |                       |                              |
| 20 月 | ごはん           | 肉じゃが          |     | じゃがいも、油、砂糖        | 豚肉                    | 糸こんにゃく、にんじん、たまねぎ             |
|      |               | ばらばらフレーク      |     | 油、砂糖              | まぐろ油漬                 | にんじん、しょうが                    |
|      | 牛乳            |               |     |                   |                       |                              |
| 21 火 | ごはん           | ビーフンスープ       | ◎   | ビーフン、油、でん粉        | 豚肉、鶏卵                 | にんじん、はくさい、ねぎ                 |
|      |               | 小えびのケチャップ煮    |     | 油、砂糖、でん粉          | むきえび                  | たまねぎ、ねぎ、しょうが、にんにく            |
|      | 牛乳            | パイゼリー         |     | 砂糖                |                       | パイナップル                       |
| 22 水 | ミルク<br>ロールパン  | バッファローチキン     |     | でん粉、油、砂糖          | 鶏肉                    |                              |
|      |               | 野菜スープ         |     | マカロニ、油            |                       | にんじん、たまねぎ、トマト、とうもろこし         |
|      | 牛乳            |               |     |                   |                       |                              |
| 23 木 | ごはん           | ポークジンジャーソテー   |     | 油、でん粉             | 豚肉                    | しょうが、たまねぎ                    |
|      |               | そえ野菜          |     |                   |                       | キャベツ、とうもろこし                  |
|      | 牛乳            | みそ汁           |     |                   | とうふ、わかめ、みそ            | ねぎ                           |
| 24 金 | ソフトめん         | おぼろみそめん       |     | 油、砂糖、でん粉          | 牛肉、豚肉、樺はんぺい<br>みそ     | にんじん、たまねぎ                    |
|      |               | 青のり粉ふきいも      |     | じゃがいも             | 青のり                   |                              |
|      | 牛乳            | 乳酸菌飲料         |     | 砂糖                | 脱脂粉乳                  |                              |

- \* ◎印の付いた献立は、アレルギー除去食対応可能です。「食品の主なはたらき」の欄に斜体・太字で表記した食品を除去します。
- \* アレルギー物質など献立の詳細については、学校に配布されている「学校給食献立表(調理場用献立表)」に記載されています。
- \* 調理済み流通食品類・菓子類は、主な原材料を表記しています。
- \* 名古屋市公式ウェブサイト( <http://www.city.nagoya.jp/kyoiku/page/0000052124.html> )に主な食材の産地と一部の食材の放射性物質の検査結果を掲載しています。都合により、食材の産地や献立を変更する場合があります。

| 日 曜   | こんだて       |            | 除去食 | 食 品 の 主 な は た ら き |             |                    |          |           |      |       |         |        |        |        |         |     |
|-------|------------|------------|-----|-------------------|-------------|--------------------|----------|-----------|------|-------|---------|--------|--------|--------|---------|-----|
|       |            |            |     | エネルギーのもとになる       | 体をつくるもとになる  | 体の調子を整えるもとになる      |          |           |      |       |         |        |        |        |         |     |
| 27 月  | 麦ごはん<br>牛乳 | まぜまぜジャンバラヤ |     | ひよこ豆、油            | 鶏肉、ポークウインナ  | たまねぎ、トマト、ピーマン、にんにく |          |           |      |       |         |        |        |        |         |     |
|       |            | コーンスープ     | ◎   | バター、油、米粉、砂糖       | 脱脂粉乳、生クリーム  | とうもろこし             |          |           |      |       |         |        |        |        |         |     |
| 28 火  | ごはん<br>牛乳  | マーボー豆腐     | ◎   | 油、砂糖、でん粉、ごま油      | 牛肉、豚肉、豆腐、みそ | にんじん、たけのこ、ねぎ、しょうが  |          |           |      |       |         |        |        |        |         |     |
|       |            | 塩きゅうり      |     |                   |             | きゅうり               |          |           |      |       |         |        |        |        |         |     |
|       |            | さくらソーダゼリー  |     | 砂糖                |             | さくらんぼ              |          |           |      |       |         |        |        |        |         |     |
| 30 木  | ごはん<br>牛乳  | 魚のたつた揚げ    |     | でん粉、油             | あじ          | しょうが               |          |           |      |       |         |        |        |        |         |     |
|       |            | はるさめスープ    |     | はるさめ              | 豚肉          | にんじん、ねぎ、干しいたけ      |          |           |      |       |         |        |        |        |         |     |
|       |            | ふりかけ       |     | 砂糖                |             | 赤じそ                |          |           |      |       |         |        |        |        |         |     |
|       |            | りんごゼリー     |     | 砂糖                |             | りんご                |          |           |      |       |         |        |        |        |         |     |
| 1か月平均 |            |            |     | エネルギー kcal        | たんぱく質 g     | 脂質 g               | カルシウム mg | マグネシウム mg | 鉄 mg | 亜鉛 mg | ビ タ ミ ン |        |        | 食物繊維 g | 食塩相当量 g |     |
|       |            |            |     | 600               | 22.4        | 18.0               | 313      | 79        | 2.3  | 3.0   | A μgRAE | B 1 mg | B 2 mg | C mg   | 3.7     | 2.2 |

- \* 稲や野菜のイラストのある日は市内産の食材を使います。米と野菜の両方を使う日を「みんなで食べる!なごや産」の日としています。
- \* とりめしは「ふるさと献立」です。名古屋や愛知の特産物や郷土料理を紹介する取組です。青のり粉ふきいもは新献立です。
- \* 今年度は愛知県及び名古屋市で「アジア・アジアパラ競技大会」が開催されます。今月は、ビーフンスープや小えびのケチャップ煮などを提供します。

名古屋市の「姉妹友好都市」「パートナー都市」を紹介します



名古屋市は、ロサンゼルス市・メキシコ市・南京市・シドニー市・トリノ市・ランス市の6つの都市と「姉妹友好都市」として提携し国際交流を進めています。

また、台中市・タシケント市の2つの都市と、観光・文化交流の分野での「パートナー都市」として提携しています。

給食では提携した月に、それぞれの都市のある国の特徴的な料理を取り入れた特別献立を実施しています。

給食で使われる、名古屋産の米や野菜を紹介します

( ) の中は、主な産地です。



今月のめあて 「いろいろな食品について知ろう」

給食には、いろいろな食品が使われています。私たちの体は、食べた食品に含まれる栄養素からつくられています。健康な体をつくるためには、好ききらいをせずに何でも食べることが大切です。

<保護者のみなさまへ>

台風、大雨、地震等に備え、あらかじめ非常用給食【ごはん及び野菜カレー(レトルトパウチ食品)】を学校に用意し、緊急の場合には、これで給食を実施することになっています。なお、この非常用給食を使用しなかった場合は、通常の献立の中に組み入れて使用する予定です。また、災害が重なり非常用給食の在庫がなくなった場合は、弁当持参をお願いすることがあります。

学校給食では、愛知県産の米と牛乳を使用し、地産地消をすすめています。その他の主な食材の産地と一部の食材の放射性物質の検査結果を名古屋市公式ウェブサイトに掲載しています。