



令和7年4月献立表

小学校・中学校

今月の目標

正しい食べ方を身に付けましょう

※ はしは毎日忘れず持ってきてきましょう。

常滑市給食センター

日	曜	献立名	主 な 材 料 と そ の 働 き						エネルギー (kcal) 小学校 中学校
			赤 体を作る		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる		
			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・果物・きのこ	米・パン・めん・いも・さとう	油脂・種実	
11	金	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 麦		653 779
		ハヤシライス	ぶた肉		にんじん トマト	玉ねぎ マッシュルーム グリーンピース	小麦粉 さとう		
		こめこチキンカツ	とり肉			米粉 じゃがいも	油		
		ベーコンとしんたまねぎの ソテー	ベーコン		キャベツ 玉ねぎ		オリーブ油		
14	月	ごはん 牛乳		牛乳			米		603 723
		たけのこいりはるさめスープ	とり肉 生揚げ		にんじん ねぎ	玉ねぎ たけのこ	はるさめ		
		ビビンバ(にく)	ぶた肉 みそ			しょうが にんにく 玉ねぎ	さとう		
		ビビンバ(やさい)			こまつな にんじん	大豆もやし	さとう		
15	火	わかめごはん 牛乳		牛乳 わかめ			米		620 731
		とりだんごじる	とうふ とり肉		にんじん ねぎ	玉ねぎ だいこん えのきたけ	小麦粉	油	
		あじフライ	あじ				小麦粉	油	
		きんぴらごぼう	ぶた肉		にんじん ピーマン	ごぼう こんにゃく	さとう	ごま ごま油	
16	水	ミルクロールパン 牛乳		牛乳			パン		675 870
		ポトフ	ソーセージ		にんじん	かぶ 玉ねぎ	じゃがいも		
		ハンバーグの トマトソースかけ	とり肉 ぶた肉		トマト	玉ねぎ にんにく しょうが	さとう でんぷん		
		ツナサラダ	ツナ			コーン キャベツ きゅうり			
		たくじょうマヨネーズ						マヨネーズ	
17	木	ごはん 牛乳		牛乳			米		646 747
		はるキャベツのみそしる	とうふ みそ		にんじん ねぎ	キャベツ ごぼう えのきたけ			
		あかもくぶたどん (とこなめさん きざみのりつき)	ぶた肉	 あかもく 常滑産のり		玉ねぎ	さとう		
		はなみだんご			よもぎ		米粉 さとう		
18	金	しらたまうどん 牛乳		牛乳			うどん		611 761
		わふうしるかけ	ぶた肉 油揚げ かまぼこ		にんじん ねぎ	しいたけ 玉ねぎ	さとう でんぷん		
		しゅんぎくいりかきあげ		 とこめちゃんの日	にんじん しゅんぎく	玉ねぎ ごぼう	小麦粉	油	
		チキンハムとキャベツの すのもの	チキンハム			キャベツ きゅうり	さとう		
21	月	ごはん 牛乳		牛乳			米		609 733
		はるやさいのにももの	とり肉 大豆		さやいんげん にんじん	たけのこ こんにゃく	じゃがいも さとう	油	
		さわらのてりやき	さわら			しょうが	さとう でんぷん		
		あまなつ				あまなつ			
22	火	ごはん 牛乳		牛乳			米		606 720
		しんじゃがいものみそしる	ぶた肉 とうふ 油揚げ みそ		ねぎ	玉ねぎ	じゃがいも		
		たまごとふきの ちらしずしのぐ	とり肉 たまご		にんじん	しいたけ ふき	さとう	油	
		ツナとやさいのあえもの	ツナ		こまつな にんじん	キャベツ	さとう		
		てまきのり		のり					
23	水	ごはん 牛乳		牛乳			米		632 754
		カレーライス	ぶた肉		にんじん トマト	玉ねぎ にんにく りんご	じゃがいも 小麦粉	オリーブ油	
		チキンのバジルやき	とり肉		バジル				
		ふくじんづけ			赤しそ	だいこん うり なす れんこん きゅうり しょうが なた豆	さとう		
24	木	ごはん 牛乳		牛乳			米		609 761
		ゆばととうふのすましじる	ゆば とうふ かまぼこ		にんじん ねぎ	えのきたけ			
		コロッケ	ぶた肉 大豆			玉ねぎ	じゃがいも 小麦粉	油	
		ひじきのいために	ぶた肉	ひじき	にんじん	えだ豆 こんにゃく	さとう	油	
25	金	ごはん 牛乳		牛乳			米		616 749
		なまあげのちゅうかに	とり肉 生揚げ		チンゲンサイ にんじん	たけのこ 玉ねぎ はくさい しいたけ しょうが	さとう でんぷん		
		やきぎょうざ 小2こ中3こ	ぶた肉 とり肉		にら	キャベツ 玉ねぎ しょうが	小麦粉 さとう		
		だいこんとツナの ごまサラダ	ツナ			だいこん きゅうり		ごま バンバン ジードレッシング	

28	月	くろロールパン 牛乳		牛乳			パン くろざとう		650 856
		はるキャベツと しんたまねぎの クリームシチュー	とり肉	牛乳 牛乳 だっしふん乳 生クリーム	にんじん	キャベツ 玉ねぎ エリンギ	じゃがいも 小麦粉	バター	
		ソーセージとアスパラガス のソテー	ソーセージ		アスパラガス	コーン		油	
		あいちけんさん いちごゼリーポンチ				みかん パインアップル 黄とう ゼリー(愛知県産いちご)	さとう		
30	水	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 麦		629 766
		マーボどうふ	ぶた肉 とうふ みそ		にんじん ねぎ	しょうが にんにく 玉ねぎ しいたけ	さとう でんぷん		
		えびしゅうまい 小2こ中3こ	えび たら			玉ねぎ	小麦粉 でんぷん	油	
		ナムル			こまつな にんじん	大豆もやし	さとう	ごま油	

※ 調味料にかかるアレルギーについては記載しておりません。

今月の料理紹介

🍀よくかもう🍀
15日 きんぴらごぼう
★味わおう★
**28日 春キャベツと新玉ねぎの
クリームシチュー**
♪作ってみよう♪
22日 卵とふきのちらし寿司
🍷とこめちゃんと郷土を味わおう🍷
18日 春菊入りかき揚げ

今月の応募献立

17日(木)
あかもく豚丼

青海中学校
都築 宗里 さん

※給食の料理レシピや食に関するお問い合わせは、
給食センターまで。(TEL 35-4001)
※物資の都合で、献立が変更になることがあります。
※献立表と給食だよりは常滑市役所のホームページ
にも掲載しています。ご覧ください。
※常滑市の学校給食では、安全が確認できないものは使用していません。



18日(金)
**とこめちゃんと郷土を
味わおうの日**
～毎月19日は食育の日です～



**たべもの
カレンダー**
玉ねぎ

学校給食について知ろう！



ご入学、ご進学、おめでとうございます。学校給食は、給食時間における準備から片付けの実践活動を通して望ましい食習慣を身に付けることや、働く人への感謝の気持ちを育てるなど、学校教育活動の一環とされています。献立には、旬の食材や行事食を取り入れることで、子どもたちが日本の食文化を感じられるように工夫をしています。今年度も職員一同、安全でおいしい給食作りに努めてまいります。



◆ 常滑市の学校給食 ◆

主食



- ・**ごはん** (週 3 ～ 4 回)
白飯・麦ご飯・わかめご飯・玄米入りご飯・五穀ご飯・あいちの大根葉ご飯など
※米は「あいちのかおり」です。
- ・**パン** (月 2 ～ 3 回)
スライSPAN・各種ロールパン・あいちの米粉パン・りんごパン・ナンなど
※愛知県産の小麦粉を 5 0 %使っています。
- ・**めん** (月 1 ～ 2 回)
ソフトめん・白玉うどん・中華めん・きしめん
※愛知県産の小麦粉を、白玉うどん・中華めん・きしめんは 1 0 0 %、ソフトめんは 7 0 %使っています。

牛乳



- ・毎日 1 本 (2 0 0 m l) つきます。
- ・成長期に欠かせないカルシウム・たんぱく質を効率よくとることができます。

おかず

- ・地元の食材を取り入れます。
- ・季節を感じる旬の食材・行事食を取り入れます。
- ・家庭でとりにくい魚介類・豆類・海そう類などを多く取り入れます。
- ・素材の味を生かすように薄味を心掛けます。
- ・アレルギー物質を含む食品については、特定原材料 2 8 品目のうち、**落花生、あわび、いくら、キウイフルーツ、くるみ、そば** について**常滑市では使用しません。**

◆ 毎月取り入れます！ ◆

- ★よくかもう
かみごたえのある料理 (豆・小魚・根菜類など)。
- ★味わおう
季節の食材を使った料理や新しい料理。
- ★作ってみよう
混ぜたり、はさんだりして食べる料理。
- ★とこめちゃんと郷土を味わおうの日
郷土料理や地場産物を使用した料理。
毎月 1 9 日の食育の日の前後に実施します。
献立表に「とこめちゃん」のマークがついている日です。
- ★あかもっくーの日
常滑市の地場産物であるあかもくを使用した料理。
献立表に「あかもっくー」のマークがついている日です。



食育推進マスコット
とこめちゃん



地場産物キャラクター
あかもっくー

★献立表に表記するもの

- ・加工食品の主材料と 8 大アレルギー (8 大アレルギーとは「卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに・くるみ」を指す)
- ・6 つの食品群に含まれる調味料
例：さとう ドレッシング など
※詳細は明記しません。
(調理場で和えるドレッシング類も同様)

★献立表に表記しないもの

- ・6 つの食品群に含まれない調味料
例：しょうゆ 塩 など
- ・調味料に含まれるアレルギー
- ・チーズ、豆腐、かまぼこなどの原材料
※原材料が特定しにくいと判断したものは () 内に原材料を表記します。
記載例：生ふ (小麦)

常滑市のホームページ「学校給食」をご覧ください♪

☆本日の給食

毎日更新！給食の写真を掲載しています。



「本日の給食」

☆常滑市の公式LINE

友達登録すると「学校給食」のページにアクセスできます。

《方法》

通常メニュー 子育て⇒学校給食



「常滑市公式LINE」