



令和8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

常滑市給食センター

※ はしは毎日忘れず持ってきましょう。

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	
13月	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 麦		699 837
	ハヤシライス	ぶた肉		にんじん パセリ トマト	玉ねぎ マッシュルーム	さとう でんぷん		
	とりにくのたつたあげ ツナサラダ	とり肉 ツナ			しょうが コーン キャベツ	でんぷん さとう	油 オリーブ油	
14火	ごはん 牛乳		牛乳			米		616 738
	はるやさいのにくじゃが	ぶた肉		にんじん	新玉ねぎ こんにやく グリーンピース	新じゃがいも さとう		
	あじのしおやき ひじきのいために	あじ とり肉 大豆	ひじき	にんじん	えだ豆	さとう	油	
15水	ごはん 牛乳		牛乳			米		675 789
	なまあげのちゅうかに	とり肉 生揚げ		こまつな にんじん	たけのこ 玉ねぎ だいこん しいたけ	さとう でんぷん		
	ぶたキムチどん ごまマヨサラダ	ぶた肉 ツナ		パプリカ にんじん	玉ねぎ はくさい にんにく もやし キャベツ	さとう でんぷん	油 ごま	
	たくじょう ノンエッグマヨネーズ						ノンエッグ マヨネーズ	
16木	くろロールパン 牛乳		牛乳			パン くらざとう		607 804
	しんたまねぎの ミネストローネ	とり肉		にんじん パセリ トマト	キャベツ 新玉ねぎ エリンギ	米粉マカロニ 新じゃがいも さとう		
	カラフルベーコンソテー	ベーコン		こまつな	新玉ねぎ コーン		油	
	フルーツポンチ				パインアップル 黄とう	さとう ゼリー(りんご)		
17金	わかめごはん 牛乳		牛乳 わかめ			米		619 737
	さわにわん	ぶた肉		にんじん ねぎ	ごぼう だいこん たけのこ えのきたけ	でんぷん		
	わふうコロッケ			にんじん	れんこん	じゃがいも 小麦粉	油	
	とりにくとふきのいために	とり肉			ふき キャベツ コーン	さとう	油	
20月	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 麦		623 730
	さんさいいりはるさめスープ	とり肉 生揚げ		にんじん ねぎ みずな	玉ねぎ わらび えのきたけ うど なめこ 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		
	コーヒーぎゅうにゅうのもと					さとう		
21火	ごはん 牛乳		牛乳			米		698 816
	ぶたにくとだいこんのもの	ぶた肉 生揚げ		にんじん こまつな	だいこん こんにやく	さとう		
	さわらのてりやき はなみだんご	さわら		よもぎ	しょうが	さとう でんぷん 米粉 さとう		
	ソフトめん 牛乳		牛乳			めん		
22水	きつねしるかけ キャベツいりメンチカツ	とり肉 油揚げ 牛肉 ぶた肉		にんじん ねぎ	しいたけ 玉ねぎ キャベツ 玉ねぎ	さとう でんぷん 小麦粉	油	649 839
	とことこまつなのりあえ	ちくわ	のり	こまつな にんじん	玉ねぎ	さとう	ごま	
	ごはん 牛乳		牛乳			米		
23木	カレーライス	ぶた肉		にんじん トマト	玉ねぎ りんご	新じゃがいも 米粉	オリーブ油	653 776
	とりにくのハーブやき	とり肉		バジル	にんにく 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	オリーブ油	
	ふくじんづけ			赤しそ				
24金	ごはん 牛乳		牛乳			米		600 715
	はるやさいのみそしる	生揚げ みそ		にんじん	新玉ねぎ だいこん えのきたけ ごぼう	新じゃがいも		
	あかもくとぶたにくの しょうがいため	ぶた肉	あかもく		新玉ねぎ しょうが	さとう		
	ささみとキャベツのあえもの	とり肉		にんじん	キャベツ えだ豆	さとう		
27月	ミルクロールパン 牛乳		牛乳			パン		672 876
	こめこのとうにゅう コーンクリームシチュー	ベーコン 豆乳		にんじん	玉ねぎ エリンギ コーン	新じゃがいも 米粉		
	ハンバーグの トマトソースかけ	とり肉 ぶた肉 大豆		トマト	玉ねぎ にんにく しょうが	さとう でんぷん		
	アスパラサラダ	ツナ		アスパラガス にんじん	きゅうり	さとう	オリーブ油	

28	火	ごはん 牛乳	牛乳			米			617 737
		とりだんごじる	とり肉 とうふ 油揚げ		にんじん ねぎ	だいこん 玉ねぎ えのきたけ	小麦粉	油	
		たらのレモンソースかけ	すけそうだら			レモン	米粉 さとう	油	
		ふきいりきんぴらごぼう	ぶた肉		にんじん ピーマン	ごぼう ふき こんにゃく	さとう	油	
30	木	麦ごはん 牛乳	牛乳			米 麦			624 740
		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		
		ビーフンとチンゲンサイの いためもの	ベーコン		チンゲンサイ	もやし	ビーフン	油	
		ちゅうかごまサラダ	とり肉		にんじん	キャベツ		ごま バンバン ジードレッ シング	

※ 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。

平均値	642 780
基準値	650 830

今日の料理紹介

よくかも

28日 ふき入りきんぴらごぼう

★味わおう★

27日 アスパラサラダ

♪作ってみよう♪

15日 豚キムチ丼

§とこめちゃんと郷土を味わおう§

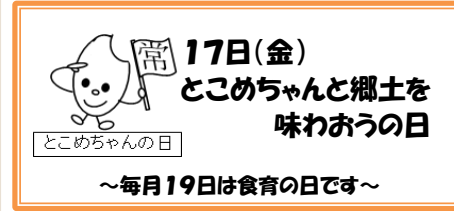
17日 とり肉とふきの炒め物

今月の応募献立

22日(水)
とことこ小松菜のい和え

三和小学校
川嶋 里奈 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。
※献立表と給食日より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。



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・五穀ご飯・あいちの大根葉ご飯など
- ・**パン** (月2～3回)
スライスパン・各種ロールパン・あいちの米粉パン・りんごパンなど
- ・**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100%、ソフトめんは70%使っています。

牛乳

- ・毎日1本(200ml)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28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、アーモンド、カシューナッツ、マカダミアナッツ**※について常滑市では使用しません。
※令和8年4月から新たに**アーモンド、カシューナッツ、マカダミアナッツ**を追加しました。

毎月取り入れます！

- ★よくかも
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19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」