



瀬戸市 令和8年 4月分献立表 [10回/月]

毎月19日は「食育の白」
～おうちでごはんの日～

ご入学・ご進級おめでとうございます



春の花々が咲き誇る中、新しい一年が始まりました。
今年度も子どもたちの心と体の成長を支えるため、おいしくて安全な給食作りに努めていきます。
*小学校1年生の給食は23日(木)から始まります。



瀬戸市小学校・にじの丘中学校・瀬戸特別支援学校

日 曜	献立名	【赤】おもに体をつくるものとなる		【緑】おもに体の調子を整えるものとなる		【黄】おもにエネルギーのものとなる	
		1群	2群	3群	4群	5群	6群
16 木	ごはん 牛乳 マーボー豆腐 中華あえ さくらゼリー	魚・肉・卵・大豆・大豆製品 とうふ・ぶたにく・だいず・みそ ささみオイルづけ	牛乳 牛乳 牛乳	緑黄色野菜 にんじん にんじん	その他の野菜・きのこ・果物 しょうが・にんにく・ねぎ きゅうり さくらんぼかじゅう・レモンかじゅう	穀類・いも類・さとう こめ さとう はるさめ・さとう さとう・みずあめ	油脂類・種実類 あぶら ごまあぶら
17 金	【愛知県の郷土料理】とりめし とりめし 牛乳 じゃがいものつぺい汁 切りほしだいこん 切干大根サラダ 中：ヨーグルト	古くから愛知県では、鶏肉を使った料理が親しまれてきました。昔は鶏肉がとても高価だったため、とりめしは特別な日(ハレの日)に食べる料理でした。 鶏肉とにんじんやごぼうなどの野菜を甘辛く煮たものを、炊いたご飯としっかりかき混ぜることから「かきまわし」とも呼ばれています。	とりにく 牛乳	にんじん にんじん	ごぼう ねぎ・こんにゃく きりほしだいこん・キャベツ・きゅうり・とうもろこし かんでん	こめ・さとう じゃがいも たまごぬきドレッシング さとう	
20 月	ミルクロールパン 牛乳 ポトフ ハンバーグのトマトソースかけ ハンバーグ ミニフレンチサラダ	ぶたにく だいず・とりにく・ぶたにく	牛乳 牛乳	にんじん トマト にんじん にんじん	はくさい・だいこん たまねぎ たまねぎ・セロリ・にんにく キャベツ・えだまめ	パン じゃがいも さとう さとう・じゃがいも さとう	あぶら あぶら あぶら
21 火	ごはん 牛乳 新たまねぎと生揚げの煮物 五色あえ	ぶたにく・なまあげ オイルツナ・あぶらあげ	牛乳	にんじん にんじん・ほうれんそう	たまねぎ・だいこん・こんにゃく キャベツ・もやし	こめ さとう さとう	ごま
22 水	【旬の食材】たけのこ ごはん 牛乳 #たけのこ入りとん汁 ピリ辛大豆	3月から5月頃にかけて旬を迎え、春の訪れを感じる食材です。穂先、中央部、根本の部位ごとに食感が違い、煮物や汁物、炒め物など調理方法を変えて幅広い料理に使うことができます。	牛乳	にんじん にんじん にんじん	たまねぎ・だいこん・ごぼう・こんにゃく たまねぎ・えだまめ・しょうが	こめ じゃがいも さとう	あぶら ごまあぶら
23 木	麦ごはん 発酵乳 カレー ツナサラダ	はっこう乳 ぶたにく オイルツナ	牛乳	にんじん にんじん	たまねぎ・グリーンピース キャベツ・きゅうり	こめ・おおむぎ じゃがいも・さとう	あぶら たまごぬきドレッシング
24 金	ごはん(あいちのかおり) 牛乳 チンゲンサイのスープ ビビンバ 中：乾燥小魚	牛乳 とうふ ぶたにく・たまご・みそ かたくちいわし	牛乳	にんじん にんじん	チンゲンサイ・ねぎ しょうが・にんにく・もやし	★こめ さとう	ごま・ごまあぶら・あぶら
27 月	麦ごはん 牛乳 うずら卵の中華煮 春巻き 春巻き 小松菜の中華サラダ	牛乳 ぶたにく・うずらたまご ぶたにく ぶたにく にんじん・こまつな	牛乳	にんじん にんじん	はくさい・たまねぎ・グリーンピース・しょうが キャベツ・もやし・エリンギ もやし	こめ・おおむぎ さとう・こむぎこ・みずあめ さとう	あぶら あぶら ごまあぶら・あぶら ごまあぶら
28 火	ソフト麺 牛乳 肉みそかけ 春キャベツのごまあえ	牛乳 ぶたにく・はんぺん・みそ オイルツナ	牛乳	にんじん にんじん・こまつな	たまねぎ・とうもろこし・えだまめ キャベツ	ソフトめん さとう さとう	あぶら ごま
30 木	黒ロールパン 牛乳 クリームシチュー ささみとしらすのサラダ	牛乳 ぶたにく ささみオイルづけ	牛乳 牛乳・だっしふん乳 しらすぼし	にんじん にんじん	たまねぎ キャベツ・とうもろこし・きゅうり	パン じゃがいも・こむぎこ さとう	マーガリン・あぶら たまごぬきドレッシング

#は応募料理

「小」は小学校のみ、「中」は中学校のみ

★は瀬戸市産

【付記】材料の都合により多少の変更を、お許し願います。

4月の応募料理 22日(水) 「たけのこ入りとん汁」 品野中学校 加藤 龍聖 様