

4月の学校給食こんだて（令和6年度）

第2ブロック 北区・西区・中村区

【めあて】 いろいろな食品を知ろう

名古屋市教育委員会

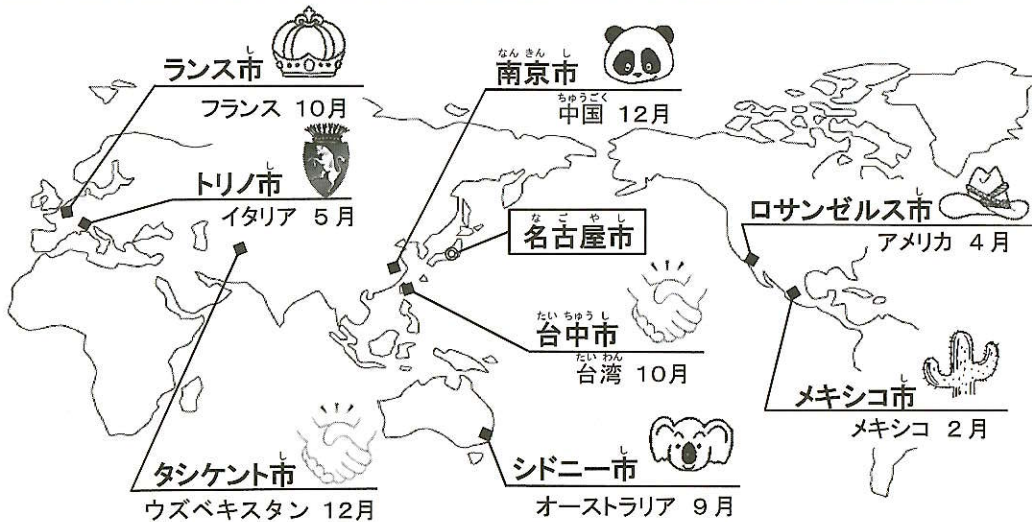
| 日 | 曜 | こんだて | 除去食 | 食品の主なはたらき | | |
|----|---|--|-------------|-------------------|---------------|-------------------------|
| | | | | エネルギーのもとになる | 体をつくるもとになる | 体の調子を整えるもとになる |
| 12 | 金 | 麦ごはん  牛乳 | ドライカレー | レンズ豆、油、小麦粉 | 牛肉 | にんじん、たまねぎ、にんにく、レーズン |
| | | | ゆばのコンソメスープ | | ゆば | みつば、とうもろこし |
| | | | ヨーグルト | 砂糖 | 加糖練乳、脱脂粉乳、全粉乳 | |
| 15 | 月 | ごはん  牛乳 | 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 |
| | | | ふのみそ汁 | ふ | わかめ、みそ、信州みそ | 水耕ねぎ |
| | | | アセロラゼリー | 砂糖 | | アセロラ |
| 16 | 火 | 中華めん 牛乳 | 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 | 油、でん粉 | 鶏肉 | キャベツ |
| | | | | | | |
| 17 | 水 | ごはん 牛乳 | えびととうふのスープ | 油、でん粉 | 豚肉、むきえび、とうふ | にんじん、はくさい、ねぎ、干しいたけ |
| | | | ひじきのいため煮 | 油、砂糖 | まぐろ油漬、ひじき | にんじん、とうもろこし |
| | | | にんじんいよかんゼリー | 砂糖 | | にんじん、いよかん |
| 18 | 木 | サンドイッチ ロールパン 牛乳 | ポークビーンズ | じゃがいも、油、砂糖、でん粉 | 豚肉、だいず | にんじん、たまねぎ、さやいんげん |
| | | | バジルキャベツ | オリーブ油、砂糖 | | にんじん、キャベツ、バジル |
| | | | いちごジャム | いちごジャム | | |
| 19 | 金 | ごはん 牛乳 | 魚のたつた揚げ | でん粉、油 | あじ | しょうが |
| | | | 豚汁 | | 豚肉、とうふ、わかめ、みそ | にんじん、はくさい、ねぎ |
| | | | はっ酵乳 | 砂糖 | 脱脂粉乳、全粉乳 | |
| 22 | 月 | ごはん 牛乳 | そぼろごはん | レンズ豆、油、砂糖 | まぐろ油漬 | にんじん、たまねぎ、とうもろこし、しょうが |
| | | | だいこん汁 | でん粉 | 油揚げ | にんじん、だいこん、こまつな |
| | | | | | | |
| 23 | 火 | プレーン ロールパン  牛乳 | フライドチキン | 砂糖、小麦粉、でん粉、油 | 鶏肉 | しょうが |
| | | | コールスロー | 油、マーマレード | | にんじん、キャベツ、とうもろこし |
| | | | オニオンスープ | | ベーコン | たまねぎ、パセリ |
| | | | パインゼリー | 砂糖 | | パインアップル |
| 24 | 水 | ごはん 牛乳 | ピリ辛スープ | 油 | 豚肉、とうふ、信州みそ | にんじん、たまねぎ、チンゲン菜、ねぎ、にんにく |
| | | | 魚のフリッター | 小麦粉、でん粉、油 | あじ、おきあみ | |
| | | | | | | |
| 25 | 木 | ごはん 牛乳 | 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 |
| | | | もやしのフレークあえ | 砂糖 | まぐろ油漬 | にんじん、もやし |
| | | | | | | |
| 26 | 金 | ごはん 牛乳 | ささみフライ | じゃがいも、米粉、砂糖、でん粉、油 | 鶏肉 | |
| | | | にんじんしりしり | 油 | ベーコン | にんじん、とうもろこし |
| | | | えびボールのすまし汁 | でん粉 | いとよりすり身、むきえび | キャベツ |
| | | | 焼きのり | | のり | |

* ◎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。
 * 調理加工食品類・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 | | | | | | | |
| 30火 | ソフトめん | カレーめん | ◎ | じゃがいも、油、カレールウ | 牛肉、豚肉、チーズ | にんじん、たまねぎ、ピーマン | | | | | | | |
| | | はくさいのサラダ | | | 焼きちくわ | にんじん、はくさい | | | | | | | |
| | | ノンエッグマヨネーズ | | ノンエッグマヨネーズ(袋) | | | | | | | | | |
| | 牛乳 | | | | | | | | | | | | |
| 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 |
| | 611 | 24.7 | 19.6 | 330 | 79 | 2.5 | 3.0 | A μgRAE | B1 mg | B2 mg | C mg | 4.6 | 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り組みです。

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・タシセント市の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、提携をしています。

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 「いろいろな食品を知ろう」

食品には、大きく分けて、「おもにエネルギーのもとになる」「おもに体をつくるもとになる」「おもに体の調子を整えるもとになる」の3つの働きがあります。3つのグループの食品をそろえて食べると、栄養バランスのよい食事になります。給食は、いろいろな食品を組み合わせて、3つの働きがそろうように考えられています。それぞれどのような食品があるか、献立表で確かめてみましょう。食品の名前や働きを覚えて、好き嫌いなく何でも食べられるようになってほしいと思います。



<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。