

4月の学校給食献立（令和5年度）

第5ブロック 瑞穂区・南区・緑区

【めあて】 いろいろな食品を知ろう

名古屋市教育委員会

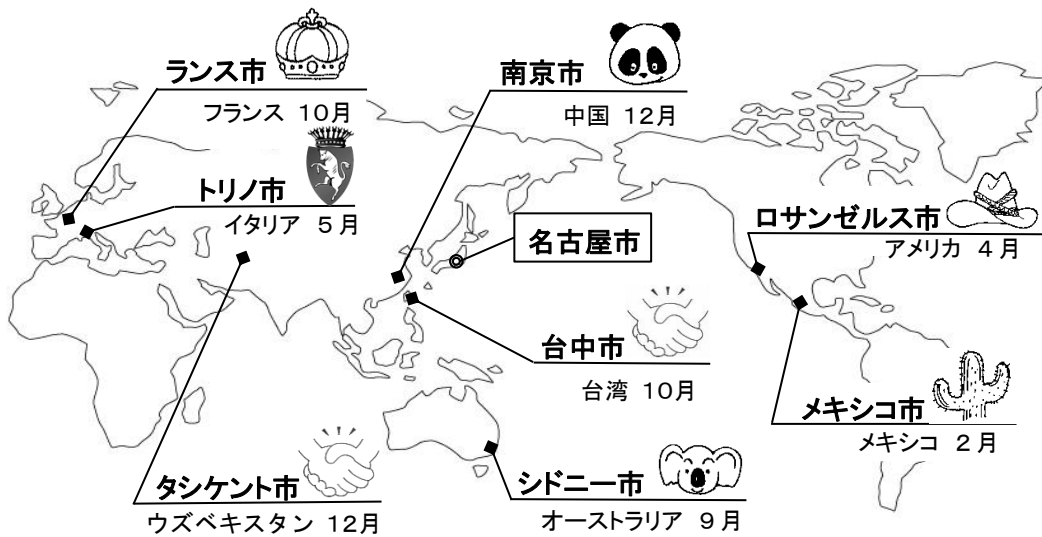
日曜	献立	除去食	食品の主な働き		
			エネルギーのもとになる	体をつくるもとになる	体の調子を整えるもとになる
12 水	ソフトめん 牛乳	ミートソースめん	油、小麦粉、砂糖	牛肉、豚肉	にんじん、たまねぎ
		えびフライ	でん粉、小麦粉、パン粉、油	えび	
13 木	ごはん 牛乳	親子どんぶり	◎ 砂糖	鶏肉(名古屋コーチン) 鶏卵、きざみのり	にんじん、たまねぎ、ねぎ
		きゅうりの土佐あえ	砂糖	けずりぶし	きゅうり
		青りんごゼリー	砂糖		りんご
14 金	ごはん 牛乳	生揚げの五目煮	砂糖、でん粉	豚肉、焼きちくわ、生揚げ	にんじん、たけのこ、さやえんどう、干しいたけ
		ゆばのコンソメスープ		ゆば	みつば、とうもろこし
		アセロラゼリー	砂糖		アセロラ
17 月	ごはん 牛乳	肉と野菜のうま煮	じゃがいも、砂糖	鶏肉(名古屋コーチン) 棒はんぺい、だいず	にんじん、たまねぎ、さやいんげん
		すまし汁		とうふ、わかめ	まいたけ
		いちごゼリー	砂糖		いちご
18 火	ごはん 牛乳	ミートボールスープ	油、パン粉、小麦粉、でん粉	鶏肉、牛肉、豚肉、だいず	たまねぎ、にんじん、はくさい、こまつな 干しいたけ
		揚げどうふ	でん粉、油、砂糖	高野どうふ、きな粉	
19 水	ナン 牛乳	パンプキンカレー	ひよこ豆、油	牛肉、豚肉	かぼちゃピューレ、たまねぎ、しょうが、にんにく
		魚のフリッター	小麦粉、でん粉、油	あじ、おきあみ	
20 木	ごはん 牛乳	ハヤシシチュー	じゃがいも、油、小麦粉	豚肉	にんじん、たまねぎ、にんにく
		フルーツミックス			みかん(缶)、もも(缶・黄)
21 金	ごはん 牛乳	とり肉のたつた揚げ	でん粉、油	鶏肉	しょうが
		にんじんしりしり	油	ベーコン	にんじん、とうもろこし
		みそ汁		とうふ、わかめ、みそ	ねぎ
24 月	サンド イッチ パンズ 牛乳	ハンバーガー	パン粉、油、砂糖	牛肉、豚肉、鶏肉	たまねぎ
		そえ野菜	油		にんじん、たまねぎ
		チキンスープ	マカロニ、じゃがいも、油	鶏肉	たまねぎ、とうもろこし、パセリ
		パイゼリー	砂糖		パイナップル
25 火	麦ごはん 牛乳	そばろごはん	レンズ豆、油、砂糖	鶏肉	にんじん、たまねぎ、とうもろこし、しょうが
		きつね汁	砂糖	油揚げ、豚肉	にんじん、こまつな、ねぎ
26 水	中華めん 牛乳	肉みそ中華めん	◎ 油、砂糖、でん粉、ごま油	豚肉、みそ	にんじん、たまねぎ、チンゲン菜、たけのこ、ねぎ しょうが、にんにく、エリンギ
		フライビーンズ	ひよこ豆、でん粉、油、砂糖		

* ◎印の付いた献立は、アレルギー除去食対応可能です。「食品の主な働き」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	献立	除去食	食品の主な働き											
			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 木	ごはん	あじのカレー揚げ	小麦粉、でん粉、油			あじ								
		ビーンズスープ	白いんげん豆ピューレ じゃがいも、油、でん粉			鶏肉、豆乳			にんじん、たまねぎ、パセリ					
	牛乳	ふりかけ	砂糖						赤じそ					
		はっ酵乳	砂糖			脱脂粉乳、全粉乳								
28 金	ごはん	はるさめとひき肉の中華いため	はるさめ、砂糖			豚肉			にんじん、チンゲン菜、たけのこ、しょうが					
		ワンタンとえびのスープ	ワンタンめん、でん粉			ベーコン、むきえび			ねぎ					
	牛乳	ヨーグルト	砂糖			加糖練乳、脱脂粉乳、全粉乳								
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
		775	31.0	22.2	350	99	3.3	3.8	A μgRAE	B1 mg	B2 mg	C mg	6.1	2.8

* 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。
* えびフライは「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「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。

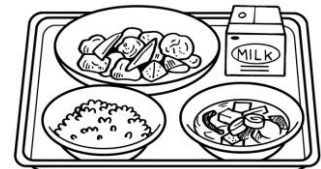
給食で使われる、名古屋産の米や野菜を紹介します

() の中にどの区でつくられているかを表示しました。



【今月のめあて】 いろいろな食品を知ろう

いろいろな食品を組み合わせることで、様々な栄養素がとれます。栄養のバランスがとれ、病気になりにくい元気な体をつくることができます。給食の献立を通して、いろいろな食品を知りましょう。



<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しています。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。