

学校給食献立表

みんなひ・よ・こを意識して食べてね!!
ひ:左手(左ききの人は右手)をそえて
よ:よくかんで
こ:(ごはんとおかずを)交互に食べましょう

日進市健康づくりマスコットキャラクター「ヘルピー」



日		献立名	主な材料とその働き					
			おもに体をつくるもとになるもの		おもに体の調子を整えるもとになるもの		おもにエネルギーのもとになるもの	
			1群 魚・肉・卵・大豆・大豆製品	2群 牛乳・小魚・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物・きのこ	5群 穀類・いも類・さとう	6群 油脂・種実
15	小学校	ごはん 鱈の幽庵焼き 春キャベツのゆかりあえ おじゃがもち汁 カラフルふりかけ (クラス分け)	さわら とり肉 油揚げ(県) わかめ	牛乳		ゆず果汁 キャベツ(県) きゅうり(県) だいこん(県) ねぎ(県) 梅	ごはん さとう でんぷん じゃがいも でんぷん さとう	
	中学校	古代米赤飯 (別添えごま塩) 鱈の幽庵焼き 春キャベツのゆかりあえ おじゃがもち汁 ☆お祝いゼリー	さわら とり肉 油揚げ(県)	牛乳		ゆず果汁 キャベツ(県) きゅうり(県) だいこん(県) ねぎ(県) レモン果汁 さくらんぼ果汁	ごはん 黒米(市) もち米(市) さとう でんぷん でんぷん じゃがいも さとう 水あめ	ごま
16	100年フード	肉汁うどん (白玉うどん) あじフリッター (2個) ささみのごまだれ	ぶた肉 油揚げ(県) あじ とり肉	牛乳 あおさ おきあみ わかめ	にんじん こまつな	しいたけ ねぎ(県)	白玉うどん(小麦粉) さとう 小麦粉 さとう でんぷん 米粉	大豆油 植物油 ごま
17	木	豚丼 (麦ごはん) ツナの大根サラダ 白みそ汁	ぶた肉 まぐろ とり肉 豆腐(県) 油揚げ(県) みそ(県)	牛乳	にんじん	こんにゃく たまねぎ しょうが だいこん(県) きゅうり(県) たまねぎ ねぎ(県)	ごはん 大麦 さとう さとう	植物油
18	金	キムタクチャーハン 愛知の野菜入り揚げぎょうざ(2個) 法蓮草のりジャコナムル ☆杏仁豆腐(乳) ☆◆ももゼリー	焼豚 ぶた肉	牛乳	にんじん にんじん(県)	しょうが にんにく ねぎ りんごピューレ ねぎ(県) だいこん(県) たまねぎ れんこん(県) もやし(県)	アルファ化米 さとう 小麦粉 でんぷん さとう さとう 水あめ さとう	豚脂 鶏脂 ごま油 植物油 杏仁パウダー
	21	牛乳 ごはん さばのおろしソースかけ れんこんサラダ かきたま汁 (卵)	さば チキンハム とろろ かつお しょうが だいこん(県) 豆腐(県) ねぎ	牛乳		だいこん(県) ゆず果汁 れんこん だいこん(県) きゅうり(県) ねぎ(県)	ごはん さとう でんぷん さとう でんぷん	
22	火	米粉のカレーライス(玄米ごはん) 米粉のほきフライ 春野菜のサラダ	ぶた肉 ほき	牛乳	にんじん トマト(県) かぼちゃ/ワダー	たまねぎ にんにく りんごピューレ	ごはん 鶏皮 とうもろこし 小麦粉 米粉 米粉	ココア 植物油 植物油 植物油
23	水	古代米赤飯 (別添えごま塩) 照り焼きハンバーグ ささみのレモンサラダ 桜かまぼこ入りすまし汁 ☆お祝いゼリー	とり肉 ぶた肉 とり肉 とり肉 豆腐(県) かまぼこ(すけそうだろ)	牛乳		たまねぎ だいこん(県) きゅうり(県) レモン果汁 えのきたけ レモン果汁 さくらんぼ果汁	ごはん 黒米(市) もち米(市) さとう ポテトフレーク でんぷん さとう さとう でんぷん さとう 水あめ	ごま 豚脂 植物油
	中学校	牛乳 照り焼きハンバーグ ささみのレモンサラダ 桜かまぼこ入りすまし汁	とり肉 ぶた肉 とり肉 とり肉 豆腐(県) かまぼこ(すけそうだろ)	牛乳		たまねぎ だいこん(県) きゅうり(県) レモン果汁 えのきたけ	ごはん さとう ポテトフレーク でんぷん さとう でんぷん	豚脂 植物油
24	木	ニッシー給食 ごはん 揚げ鶏のレモン煮 ひじきサラダ 日進市産新たまねぎのみそ汁	とり肉 まぐろ ぶた肉 豆腐(県) 油揚げ(県) みそ(県)	牛乳 ひじき にんじん		レモン果汁 きゅうり(県) キャベツ(県) えのきたけ たまねぎ(市) ねぎ(県)	ごはん でんぷん さとう さとう	植物油 植物油
25	金	サンドイッチロールパン (乳) フランクフルトのケチャップソースかけ フレンチサラダ 豆乳コーンスープ	ぶた肉 チキンハム とり肉 豆乳	牛乳 スキムミルク トマト(県) にんじん にんじん パセリ(県)		キャベツ(県) きゅうり(県) とうもろこし レモン果汁 たまねぎ とうもろこし	小麦粉 さとう さとう でんぷん さとう でんぷん さとう 米粉	大豆油 豚脂 植物油 植物油
28	月	ごはん 愛知の野菜入り春巻 もやしとチンゲンサイのごまだれ 麻婆豆腐	とり肉 まぐろ ぶた肉 豆腐(県) みそ(県)	牛乳	にんじん チンゲンサイ にんじん にら	キャベツ(県) れんこん(県) もやし(県) にんにく しょうが たけのこ ねぎ(県)	ごはん 小麦粉 水あめ さとう でんぷん さとう でんぷん さとう	大豆油 ごま油 植物油 ごま 植物油 ごま油 豚脂 鶏脂
30	水	牛乳 ごはん 厚焼卵のあんかけ (卵) 白菜のおかかあえ 新じゃがいものうま煮	たまご かつおぶし ぶた肉	牛乳			ごはん さとう でんぷん	植物油

④は小学校のみ、⑤は中学校のみ提供します。(県)は愛知県産、(市)は日進市産です。
牛乳、ぶた肉、たまごは愛知県産、ごはんは日進市産です。《天候等により産地が変更する場合があります。》
☆は、業者が配送します。◆は、アレルギーの代替デザートです。
(卵) (乳) はそれぞれ卵や乳を使用している献立です。

献立について

※今年度より、牛乳アレルギー等による飲用豆乳および代替デザートの提供を行います。年度途中でも新規の食物アレルギーが発症した場合は、学校までお知らせください。

○中学校は15日、小学校は23日に入学・進級をお祝いする給食を実施します。「古代米赤飯」は、日進市で収穫されたうるち米、もち米、黒米を炊いた特別な赤飯です。別添えのごま塩をかけて食べましょう。「お祝いデザート」は、桜型の容器に入った春らしいゼリーです。

○16日の「肉汁うどん」は、埼玉県の「武蔵」と呼ばれる地域を中心に食べられている郷土料理です。白玉うどんを汁にからめて食べましょう。

○18日は「食育の日」です。「キムタクチャーハン」は、西中学校2年生 野口純さんの応募献立です。食感を引き立たせるために、焼豚とたくあんを角切りにするのがポイントだそうです。給食では、焼豚やつば漬、キムチなどを炒め、アルファ化米を加え、給食センターの釜で炊き上げます。

○24日は、「ニッシー給食の日」です。「揚げ鶏のレモン煮」は、蒲郡市で人気の給食

メニューです。鶏肉を揚げ、レモン果汁を使ってさっぱり仕上げたタレをかけて提供します。
○25日は、フランクフルトをサンドイッチロールパンにはさんで食べましょう。
○30日の「新じゃがいものうま煮」は、九州地方で穫れた新じゃがいもと日進市産の新たまねぎを使用します。



●給食センターのご案内●

電話：0561-72-0691
E-mail：kyushoku@city.nissin.lg.jp

日進市給食センター 検索

おいしい給食体験会のお知らせ

(日 時)

4月24日(木) 午前10時30分～正午

(申し込み)

4月1日(火) 午前0時～
電子申請で →

(参加費) 500円 先着20名



※令和7年度より参加費が変更になります。

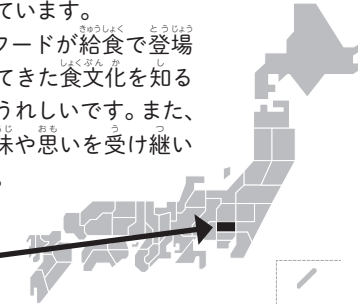
□■毎月19日は「食育の日」～おうちでごはんの日
家族そろってごはんを食べよう■□

今年度の目標 100年フードを味わおう!

みなさんは、「100年フード」という言葉を聞いたことがありますか? 文化庁では、我が国の多様な食文化を次世代へ継承するために、地域で世代を超えて受け継がれてきた食文化を、100年続く食文化「100年フード」と名付けています。

今年度は、全国の100年フードが給食で登場します。昔から大切にされてきた食文化を知るきっかけになってくれたらうれしいです。また、実際に食べることで、その味や思いを受け継いでいってほしいと思います。

今月は 肉汁うどん



埼玉県では昔から小麦の生産が盛んに行われていることもあり、うどん文化が根付いた地域です。実は、うどんの生産量が香川県に次ぐ全国で2番目に多い、知られざるうどん県です。埼玉県のうどん文化のもっとも大きな特徴は、地域ごとに特色のあるうどんや食べ方が存在することです。その数は30種類以上あると言われています。

給食で登場する「肉汁うどん」は、東京と埼玉をまたぐ「武蔵野うどん」の代表的な食べ方の一つで、県内に存在する最もポピュラーなうどんの食べ方の一つです。さまざまな具を使った「つけ汁うどん」がありますが、今回は豚肉と長ねぎを使用しました。給食では、16日に登場します。