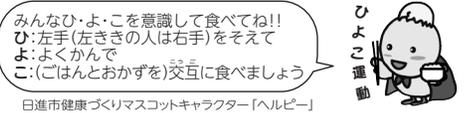


学校給食献立表



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
2月	サンドイッチパンズパン(乳)	大豆粉 まだら えび	牛乳 スキムミルク			さとう 小麦粉	大豆油
	えびカツ				たまねぎ		
	ポイル野菜				キャベツ(県) きゅうり(県)		
3月	米粉のホワイトシチュー(乳)	とりにんじん(県) パセリ(県)	牛乳		たまねぎ	じゃがいも さとう でんぷん 米粉	植物油
	ノンエッグタルタルソース(個包装)	大豆粉		パセリ(県)	きゅうりピクルス レモン果汁 たまねぎ	さとう	植物油
	ごはん	牛乳				ごはん	
4月	花型ハンバーグのバーベキューソースかけ	ぶた肉 とりにんじん(県) パセリ(県)	牛乳	トマトペースト	にんにく しょうが たまねぎ りんごピューレ	さとう でんぷん	豚脂
	菜の花あえ	とりにんじん(市) みつば(県)		菜の花	きゅうり(県) もやし(県)	さとう	ごま
	オーガニックにんじんの玉ふ汁	とりにんじん(市) みつば(県)		にんじん(市) みつば(県)	たけのこ だいこん(県) えのきたけ	小麦粉 でんぷん さとう 白玉粉	
5月	☆ひし形三色ゼリー	豆乳			いちご果汁 りんご果汁	さとう 水あめ	
	ごはん	牛乳				ごはん	
	鶏肉の照りかけ	とりにんじん(県) プチヴェール				でんぷん さとう	植物油
6月	にっしんしりしり(卵)	ぶた肉 たまご		にんじん(県) プチヴェール		さとう	
	すまし汁	とりにんじん(市) みつば(県)	わかめ	みつば(県)	えのきたけ	でんぷん さとう	植物油
	古代米赤飯(別添えごま塩)	牛乳				ごはん 黒米(市) もち米(市)	ごま
7月	鶏肉の照りかけ	とりにんじん(県) プチヴェール				でんぷん さとう	植物油
	にっしんしりしり(卵)	ぶた肉 たまご		にんじん(県) プチヴェール		さとう	
	お祝いすまし汁	とりにんじん(市) みつば(県)	わかめ	みつば(県)	えのきたけ	でんぷん さとう	植物油
8月	☆菓園庵のいちご大福(生)				いちご(生)(市)	さとう 米粉 水あめ でんぷん 白花豆	植物油
	ごはん	牛乳				ごはん 大麦	
	ピピンバ(肉そぼろ)	ぶた肉 とりにんじん(市) みそ(県)		にんじん(県)	にんにく しょうが	さとう	ごま油
9月	ナムル			ほうれんそう(県)	もやし(県)	さとう	ごま油
	ワンタンスープ	とりにんじん(県) にら			たまねぎ はくさい(県) しいたけ	ワンタン(小麦粉)	鶏脂 豚脂
	☆ヨーグルト(乳)	ヨーグルト					
10月	◆ぶどうゼリー				ぶどう果汁	水あめ さとう	
	わかめごはん	牛乳 わかめ				ごはん	
	たらの磯揚げ	すけそうだら	あおさ		しょうが	でんぷん	植物油
11月	ささみの大根サラダ	とりにんじん(県) きゅうり(県)			だいこん(県) きゅうり(県)	さとう	植物油
	団子汁	とりにんじん(市) みつば(県)		にんじん(県)	たまねぎ ごぼう ねぎ	白玉団子	
	米粉のカレーライス(麦ごはん)	ぶた肉	牛乳	にんじん(県) トマト(県) がぼちゃパウダー	たまねぎ にんにく りんごピューレ	ごはん 麦(市) もち米(市)	ココア 植物油
12月	愛知県産おから入り米粉コロッケ	おから(県)			たまねぎ	でんぷん	植物油
	フルーツのゼリーあえ				いちごペースト(県) パイン(缶) もも(缶)	さとう でんぷん	
	ごはん	牛乳				ごはん	
1月	ごぼう入りつくね(④2個・⑤3個)	とりにんじん(市) みつば(県)			たまねぎ ごぼう しょうが	さとう でんぷん	植物油 豚脂
	花野菜のごまだれ	まぐろ		ブロッコリー(県)	カリフラワー(県) キャベツ(県)	さとう	植物油 ごま
	かきたま汁(卵)	とりにんじん(市) みつば(県)		にんじん(県)	たまねぎ ねぎ	でんぷん	
2月	乾燥小魚	かたくちいわし				さとう でんぷん	
	米粉のミートソース(ソフトめん)	ぶた肉 きゅうり	牛乳	にんじん(県) パプリカパウダー トマト(県)	たまねぎ マッシュルーム にんにく プルーンピューレ	ソフトめん(小麦粉) でんぷん ポテト粉 米粉	植物油 ココア
	ポークカツレツ	ぶた肉				小麦粉 でんぷん 米粉	植物油
3月	大豆サラダ	大豆 チキンハム			キャベツ(県) きゅうり(県)	さとう	植物油
	玄米ごはん	牛乳				玄米 ごはん	
	いかフリッター(④2個・⑤3個)	いか	あおさ おきあみ			さとう でんぷん 米粉 小麦粉	大豆油
4月	チンゲン菜のじゃこドレあえ	チンゲン菜	ちりめんじゃこ	チンゲンサイ(県) にんじん(県)	もやし(県)	さとう	植物油
	豚汁	ぶた肉 油揚げ(県) 豆腐(県) みそ(県)		にんじん(県) こまつな(県)	だいこん(県) こんにゃく ごぼう	さとう	
	昆布つくだ煮(個包装)	こんぶ のり				さとう はちみつ でんぷん	
5月	コーンピラフ	とりにんじん(市) みつば(県)	牛乳	ピーマン	たまねぎ とうもろこし マッシュルーム	さとう 小麦粉	植物油
	豆腐ハンバーグのトマトソースかけ	豆腐 大豆粉 とりにんじん(市) みつば(県)		トマト(県)	たまねぎ	さとう でんぷん	豚脂
	ポテトサラダ	まぐろ		にんじん(県)	きゅうり(県)	じゃがいも	植物油 マヨネーズ(大豆粉)
6月	☆米粉のももタルト	豆乳 大豆粉			ももピューレ	でんぷん さとう 米粉 水あめ	植物油
	ごはん	牛乳				ごはん	
	いわしの八丁みそ煮	いわし みそ(県)		ねぎ	はくさい(県) もやし(県)	さとう	ごま
7月	白菜のごまあえ	とりにんじん(市) みつば(県)		ほうれんそう(県)	はくさい(県) もやし(県)	じゃがいも さとう	
	肉じゃが	ぶた肉		にんじん(県)	たまねぎ こんにゃく	ココア牛乳の素	
	ココア牛乳の素					さとう	
8月	りんごパン(乳)	牛乳 スキムミルク			りんごピューレ	さとう 小麦粉	大豆油 植物油
	鶏肉のハーフ焼き	とりにんじん(市) みつば(県)		バジル パプリカパウダー			
	海藻サラダ	まぐろ	のり わかめ こんぶ		こんにゃく きゅうり(県)	さとう	植物油 青じそドレッシング
9月	オニオンスープ	ベーコン		にんじん(県) パセリ(県)	だいこん(県) たまねぎ	さとう	
	型抜きいちごレアチーズ(乳)		クリームチーズ かんたん		レモン果汁 いちご果汁	さとう	植物油
	◆アセロラブゼリー				アセロラ果汁	さとう	
10月	古代米赤飯(別添えごま塩)	牛乳				ごはん 黒米(市) もち米(市)	
	チーズカレーあじフライ(乳)	あじ 大豆粉	チーズ			でんぷん 小麦粉 さとう	植物油
	韓国風チキンサラダ	とりにんじん(市) みつば(県)		にんじん(県)	きゅうり(県) キャベツ(県) とうもろこし	さとう	ごま油 ごま
11月	ゆばのすまし汁	とりにんじん(市) みつば(県)	豆腐(県)		たまねぎ だいこん(県) えのきたけ	さとう	
	☆菓園庵のいちご大福(生)				いちご(生)(市)	でんぷん さとう 米粉 水あめ 白花豆	植物油
	ごはん	牛乳				ごはん	
12月	チーズカレーあじフライ(乳)	あじ 大豆粉	チーズ			さとう 小麦粉 でんぷん	植物油
	韓国風チキンサラダ	とりにんじん(市) みつば(県)		にんじん(県)	きゅうり(県) キャベツ(県) とうもろこし	さとう	ごま油 ごま
	ゆばのすまし汁	とりにんじん(市) みつば(県)	豆腐(県)		たまねぎ だいこん(県) えのきたけ	さとう	
1月	ごはん	牛乳				ごはん	
	碧南にんじんのかき揚げ			にんじん(県)	はくさい(県) きゅうり(県)	じゃがいも さとう	植物油
	ゆかりあえ			赤しそ	だいこん(県) たまねぎ えのきたけ ねぎ	でんぷん さとう	
2月	鶏団子汁	とりにんじん(市) みつば(県)	豆腐(県)		だいこん(県) たまねぎ えのきたけ ねぎ	でんぷん さとう	
	キムタクごはん(玄米ごはん)	ぶた肉	牛乳	にんじん(県)	はくさい(県) しょうが にんにく たまねぎ りんごピューレ だいこん(県)	玄米 ごはん さとう	ごま油
	えびしゅうまい(④2個・⑤3個)	えび すけそうだら			たまねぎ	でんぷん さとう 小麦粉 水あめ	植物油
3月	中華コーンスープ(卵)	とりにんじん(市) みつば(県)	豆腐(県)		たまねぎ	でんぷん	鶏脂 豚脂
	デコボン(生)				たまねぎ とうもろこし ねぎ	でんぷん	
	デコボン(生)						

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

○2日の「えびカツ」は、サンドイッチパンズパンにポイル野菜と一緒にさみき、ノンエッグタルタルソースをかけてえびカツパナーにしましょう。

○3日は、ひなまつりの行事食です。ひなまつりには、ひな人形を飾り、子どもたちの健やかな成長と幸せを願います。給食では、花型ハンバーグや旬の菜の花を使ったあえ物、「ひし形三色ゼリー」をつけてお祝いします。

○4日は中学3年生の卒業お祝い給食です。「古代米赤飯」は、日進市で収穫された精白米・もち米・黒米を使用します。別添えのごま塩をかけて食べましょう。「にっしんしりしり」は、西中学校の野口 純さんの応募献立です。沖縄料理の「にんじんしりしり」に日進市特産「プチヴェール」を加え、彩りよく、栄養も満点です。「菓園庵のいちご大福」は、一部日進市産のいちごを使用します。白あんが入った上品な甘さの和菓子です。

○11日の「スパカツ」は、釧路市の名物料理の一つで、地元の人々や観光客にも愛されている

ソウルフードです。米粉のミートソースかけに、ポークカツレツをのせて食べましょう。

○12日の「昆布つくだ煮」は、昆布とりのりをしょうゆや砂糖でやわらかく炊き上げたものです。ごはんと一緒に食べると、昆布のうま味やのりの風味が楽しめます。

○13日の「コーンピラフ」は、給食センターの釜でアルファ化米を使用して炊き上げます。「米粉のももタルト」は、タルト生地にはスポンジをのせ、もものジャムをトッピングしました。さわやかなもものおいしさを味わいましょう。

○18日は小学6年生の卒業お祝い給食です。「古代米赤飯」は、日進市産で収穫された精白米・もち米・黒米を使用します。別添えのごま塩をかけて食べましょう。「チーズカレーあじフライ」は、北小学校の宮田 理功さんの応募献立です。サクサクした衣の中にチーズを入れて、みんなの大好きなカレー味がします。また、「韓国風チキンサラダ」は、北小学校の金澤 季子さんの応募献立です。鶏肉を入れることで食べやすく、韓国風のしっかりとした味付けが食欲をそそります。「菓園庵のいちご大福」は、一部日進市産のいちごを使用します。白あんが入った上品な甘さの和菓子になります。

ご使用します。白あんが入った上品な甘さの和菓子になります。

○(中学校)19日の「碧南にんじんのかき揚げ」は、北中学校の安藤 英奈さんの応募献立です。味付はシンプルでにんじんの甘さがよく味あえる家族全員の大好物だそうです。碧南美人にんじんを使って、給食センターで一つつ手作ります。

●給食センターのご案内●
電話：0561-72-0691 E-mail: kyushoku@city.nishin.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 3月13日(金)・18日(水)
午前10時30分～正午
申し込み
3月1日(日) 午前0時～
電子申請で
参加費 500円 先着20名

QRコード

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年フーフを味わおう!
今月☆スパカツ

「スパカツ」は、北海道釧路市の名物料理で、鉄血に盛られた「ミートソーススパゲティ」に「カツレツ」をのせた一品です。その誕生は昭和30年代にさかのぼります。名前の通り「ミートソーススパゲティ」に「ポークカツレツ」がのっており、熱々の鉄血にジュージューと音を立てる山盛りのスパゲティは、最後の一口まで熱々に食べることが出来ます。いつしか鉄血に盛られたスパゲティは釧路の洋食文化の一つになり「ポークカツレツ」がのった「ミートスパゲティ」は豪快なボリュームで、その満足感と美味しさで「スパカツ」と呼ばれ、一度食べたら忘れられない昭和から未来に続く一品です。給食では、ソフトめんの米粉のミートソースかけにポークカツレツをのせて食べましょう。3月11日(水)に提供します。

地図