

令和8年 4月分献立表

岡崎市東部学校給食センター

小学校

実施日	特別献立の日	除去対象献立	献立名	 (黄) おもにエネルギーになる食品			 (赤) おもに体をつくる食品			 (緑) おもに体の調子を整える食品			エネルギーたんぱく質 (g)	お知らせ
				ごはん	ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう							
13 / 月			ごはん	ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう						604		
			あおさいりすましじる			とうふ、かまぼこ、あおさ	にんじん、だいこん、えのきたけ、ほうれんそう							
			とりにくのたつたあげ		なたねあぶら、でんぷん	とりにく								24.6
14 / 火			ごはん	ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう						650		
			こうやどうふのうまに		さとう、でんぷん	とりにく、こうやどうふ、ちくわ	にんじん、しいたけ、たまねぎはくさい、グリーンピース							
			まぐろのミンチカツ		なたねあぶら、パンこ、こむぎこ	まぐろ	たまねぎ							27.9
15 / 水			サンドイッチパンズパン	ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう						632	パンにスラッピージョーをはさんで食べましょう。	
			ソーセージとやさいのスープに		じゃがいも	ウインナー	にんじん、たまねぎ、とうもろこし	キャベツ、パセリ						
			スラッピージョー		さとう、パンこ	ぎゅうにゅう、ぶたにく	たまねぎ							23.3
16 / 木			ごはん	ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう						622	コリコリわかめ和えは、は今年のかみかみ献立です。	
			マーボーどうふ		さとう、でんぷん、ごまあぶら	ぶたにく、みそ、とうふ	にんにく、しょうが、にんじん	たまねぎ、たけのこ、ねぎ						
			たまごのちゅうかあんかけ		さとう、でんぷん、ごまあぶら	たまご	しいたけ							25.5
17 / 金			ごはん	ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう						588	入学・進級お祝い献立です。	
			せきはん	ぎゅうにゅう	こめ、もちこめ	あずき、ぎゅうにゅう								
			さわにわん			ぶたにく	ごぼう、にんじん、しいたけ	たけのこ、だいこん、みつば						23.1
20 / 月			ごはん	ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう						653		
			はるやさいとだいたいのふくめに		じゃがいも、さとう	とりにく、なまあげ、だいず	にんじん、たけのこ、ふき							
			さばのみそに		さとう	さば、みそ								31.5
21 / 火			ごはん	ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう						624	下山小学校のリクエストランチです。	
			みそしる		じゃがいも	あぶらあげ、とうふ、みそ	にんじん、だいこん、ねぎ							
			ハムとチーズのはさみあげ		なたねあぶら、パンこ、こむぎこ	ハム、チーズ								21.8
22 / 水			ごはん	ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう						614		
			なまあげのちゅうかいため		さとう、でんぷん、ごまあぶら	ぶたにく、なまあげ	しょうが、たまねぎ、にんじん	きくらげ、はくさい、チンゲンサイ						
			しゅうまい(2)		しゅうまいのかわ	ぶたにく、とりにく	たまねぎ							27.4
23 / 木			ごはん	ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう						678	今月の全国ご当地給食は、岐阜のけいちゃんです。	
			さくらかまぼこのおすいもの			かまぼこ、とうふ	にんじん、えのきたけ、ほうれんそう							
			いわしのうめに			いわし	うめ							26.5
24 / 金			ごはん	ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう						715		
			ミルクロールパン	ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう								
			しろいんげんまめのクリームに		なたねあぶら、じゃがいも	とりにく、いんげんまめ	にんじん、たまねぎ、グリーンピース							32.1

★ リクエストランチ・メニュー ◎ かみかみ献立 ◆ 行事食 ◇ 特別献立 ■ 全国ご当地給食 ■ 新献立 太字は岡崎産の食品 \* 業者配送  
 魚には骨が含まれます。気を付けて食べましょう。卵 卵除去対応献立 乳 乳製品除去対応献立 (材料の都合により、献立を変更する場合があります。)  
 材料は、すべてを記載しているものではありません。アレルギー物質については、食物アレルギーチェックリストで確認してください。  
 岡崎市の給食では、そば・落花生・キウイフルーツ・くるみ・カシューナッツ・ピスタチオ・ブラジルナッツ・ペカンナッツ・ヘーゼルナッツ・マカダミアナッツ・きんかんを使用していません。

実施日	特別献立の日	除去対象献立	献立名	黄 おもにエネルギーになる食品	赤 おもに体をつくる食品	緑 おもに体の調子を整える食品	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)	お知らせ	
27 / 月			ごはん	ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう	629		
		卵	たまごじる		でんぷん	とりにく、とうふ、たまご、わかめ			にんじん、はくさい、みつば
			わふうにくだんご(2)			とりにく			たまねぎ
28 / 火			ひじきサラダ(わふうクリームドレッシング)	ドレッシング		ひじき	えだまめ、とうもろこし	616 22.0	にんじんしりしりの作り方は下記の二次元コードから確認できます。
			わかめごはん	ぎゅうにゅう	こめ	わかめ、ぎゅうにゅう			
			たけのこのみそしる			あぶらあげ、とうふ、みそ	にんじん、たけのこ、えのきたけ キャベツ、みつば		
			レバーとさつまいものごまがらめ		なたねあぶら、でんぷん さつまいも、さとう、ごま	とりレバー			
30 / 木			にんじんしりしり		さとう	まぐろ	にんじん	684 22.8	
			ごはん	ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			
			チキンカレー		じゃがいも、カレールウ	とりにく	たまねぎ、にんじん、パセリ		
			おからサラダ(マヨネーズ)		マヨネーズ	ハム、おから	えだまめ、とうもろこし		
			*ヨーグルト			ヨーグルト			
<p>★ リクエストランチ・メニュー ◎ かみかみ献立 ◆ 行事食 ◇ 特別献立 ■ 全国ご当地給食 ■ 新献立 太字は岡崎産の食品 * 業者配送                  魚には骨が含まれます。気を付けて食べましょう。卵 卵除去対応献立 乳 乳製品除去対応献立 (材料の都合により、献立を変更する場合があります。)                  材料は、すべてを記載しているものではありません。アレルギー物質については、食物アレルギーチェックリストで確認してください。                  岡崎市の給食では、そば・落花生・キウイフルーツ・くるみ・カシューナッツ・ピスタチオ・ブラジルナッツ・ペカンナッツ・ヘーゼルナッツ・マカダミアナッツ・きんかんを使用していません。</p>							平均	639 25.7	給食回数 13 回

毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日～」です。材料の予定産地等、学校給食の情報を岡崎市のホームページに掲載しています。岡崎市ホームページサイト内検索「学校給食」で検索してください。

# にゅう がく しん きゅう ご入学・ご進級おめでとうございます

## がっこうきゅうしょく 学校給食とは



学校給食は、「学校給食法」に基づき、教育活動の一環として実施されるものです。成長期にある児童生徒の心身の健全な発達のため、栄養のバランスのとれた食事を提供するとともに、望ましい食習慣と食に関する実践力を身につけさせるための重要な教材としての役割も担っています。

## がっこうきゅうしょく 学校給食の もくひょう 目標

※「学校給食法」第2条より抜粋・要約

**4** 自然の恩恵への理解を深め、生命、自然を尊重する精神や環境の保全に寄与する態度を養う。

**5** 食生活が多くなるときの労働に支えられていることを理解し、感謝する。

**6** 伝統的な食文化を理解する。

**7** 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。

## じ ぼ さんぶつ かつよう 地場産物の活用



主食のごはんには、岡崎市産の米「あいちのかおり」及び「あいちのこころ」が使われています。また、岡崎市発祥である八丁みそをはじめ、伝統野菜の法性寺ねぎ、岡崎市でとれた大豆やなす、もやし、ほうれん草などを季節に合わせて使用しています。

毎月おすすめのご給食レシピをホームページで紹介しています。ぜひご家庭で作ってみてください。

今月のおすすめレシピ  
にんじん しりしり