



# 令和6年 4月分献立表



豊川市学校給食課(学校給食センター)

日 曜	献立名	主な食品とその働き						メモ欄
		赤/体を作る		緑/体の調子を整える		黄/エネルギーになる		
		1群 魚・肉・卵 大豆・大豆製品	2群 牛乳・乳製品 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 米・パン・めん いも・砂糖	6群 油脂・種実	
8月	ごはん 牛乳 はるさめスープ ビビンバ ミニトマト(2こ) かんそう小魚		牛乳	にんじん はねぎ にんじん チンゲンサイ ミニトマト	たまねぎ はくさい にんにく 大豆もやし	ごはん はるさめ さとう でんぷん 油 いりごま	豊川産ミニトマトの日 ビビンバ:ごはんにビビンバの具をのせ、まぜながら食べましょう。	
9火	麦ごはん 牛乳 米粉のカレーライス カラフルサラダ 福神漬	マヨネーズドレッシング	牛乳 ぶた肉 豆乳	にんじん にんじん しそ	たまねぎ コーン キャベツ むきえだ豆 だいこん うり なす れんこん きゅうり なた豆 しょうが	ごはん 大麦 じゃがいも 油 マヨネーズドレッシング		
10水	④ごはん ⑤赤はん 牛乳 白みそ汁 ぶりの竜田揚げ こまつなの和風あえ ④ミニゼリー(蒲郡みかん) ⑤お祝いいちごゼリー		牛乳 冷凍油揚げ 白みそ わかめ	にんじん はねぎ こまつな にんじん	たまねぎ だいこん しょうが キャベツ もやし みかん果汁	④ごはん ⑤ごはん もち米 あずき でんぷん 油 さとう さとう さとう	中学校入学・進級お祝い献立 ⑤お祝いいちごゼリー:学校配送	
11木	ごはん 牛乳 だいごんのそぼろ煮 コーンはんぺん 粉ふきいも		牛乳 ぶた肉 冷凍生揚げ たい たちうお えそ たら	にんじん はねぎ	おろししょうが たけのこ こんにゃく だいこん しめじ とうもろこし	ごはん さとう 油 でんぷん さとう 油 じゃがいも		
12金	愛知の米粉入りパン 牛乳 春キャベツのスープ ミートボールのトマト煮(④2こ・⑤3こ) フルーツカクテル [カクテルゼリー]		牛乳 ベーコン とり肉 [豆乳]	にんじん パセリ	たまねぎ コーン エリンギ キャベツ たまねぎ りんごレトルト パインレトルト カクテルゼリー [もも果汁 りんご果汁 ぶどう果汁]	愛知の米粉入りパン 油 パン粉 さとう 油 [さとう でんぷん]		
15月	ごはん 牛乳 五目きんぴら とりのてり焼き しんこあえ [たくあん漬] ④かんそうとうふ		牛乳 揚げはん とり肉 とうふ きな粉	にんじん さやいんげん	ごぼう こんにゃく たけのこ きゅうり キャベツ たくあん漬 [だいこん]	ごはん さとう 油 さとう でんぷん [さとう] 小麦粉 さとう 米粉 油		
16火	ごはん 牛乳 じゃがいものインド煮 さけの塩焼き れんこんのごま炒め		牛乳 ぶた肉 さけ	にんじん にんじん さやいんげん	たまねぎ エリンギ むきえだ豆 れんこん	ごはん じゃがいも さとう 油 さとう 油 いりごま すりごま		
17水	ごはん 牛乳 中華スープ はるまき もやしのあま酢あえ		牛乳 とうふ なたまき ぶた肉	にんじん チンゲンサイ にんじん にら にんじん	たまねぎ たけのこ キャベツ もやし エリンギ もやし きゅうり しょうが にんにく	ごはん でんぷん さとう 小麦粉 油 さとう 油		
18木	ミルクロールパン 牛乳 米粉のコーンクリームスープ ハンバーグのケチャップソースかけ やさしいソテー		牛乳 豆乳 とり肉 ぶた肉	パセリ	たまねぎ コーン クリームコーン たまねぎ にんじん こまつな キャベツ	ごはん じゃがいも さとう 油 油		
19金	④赤はん ⑤ごはん 牛乳 ゆばのすいもの チキンハムカツ ポイルキャベツ ④お祝いいちごゼリー ⑤ミニゼリー(蒲郡みかん)	パックソース	牛乳 かまぼこ とうふ ゆば とり肉 豆乳	にんじん みつば にんじん	たまねぎ えのきたけ キャベツ いちご いちご果汁 みかん果汁	④ごはん もち米 あずき ⑤ごはん 米粉 でんぷん さとう じゃがいも さとう さとう	小学校入学・進級お祝い献立 ④お祝いいちごゼリー:学校配送	
22月	ごはん 牛乳 いりどり いわしのうめ煮 くきわかめの煮付け		牛乳 とり肉 いわし 揚げはん	にんじん さやいんげん	ごぼう 干しいたけ こんにゃく れんこん たけのこ 梅肉	ごはん さとう さとう 油 さとう 油 さとう		
23火	ごはん 牛乳 マーボー豆腐 愛知県産食材入りぎょうざ(④2こ・⑤3こ) ポイルもやし	パックしょうゆ	牛乳 ぶた肉 冷凍とうふ 赤みそ ぶた肉	はねぎ にんじん	おろししょうが たまねぎ たまねぎ れんこん もやし	ごはん さとう でんぷん 油 でんぷん さとう 小麦粉 油		
24水	ごはん 牛乳 のっぺい汁 ぶた肉のしょうが炒め ミニトマト(2こ) ヨーグルト		牛乳 冷凍油揚げ ぶた肉	にんじん はねぎ ミニトマト	だいこん 干しいたけ ごぼう おろししょうが たまねぎ こんにゃく	ごはん さとうも でんぷん さとう でんぷん 油	豊川産ミニトマトの日 ヨーグルト:学校配送	
25木	ソフトめん 牛乳 ミートソース フライドポテト フレンチサラダ	 フレンチドレッシング	牛乳 ぶた肉	にんじん トマト	たまねぎ コーン キャベツ きゅうり	ソフトめん 油 油 フレンチドレッシング	豊川産トマトの日	
26金	ごはん 牛乳 ぶた汁 さばの煮付け ごまあえ		牛乳 ぶた肉 とうふ 赤みそ さば	にんじん はねぎ にんじん こまつな	だいこん ごぼう たまねぎ えのきたけ しょうが キャベツ	ごはん さとう さとう いりごま		
30火	麦ごはん 牛乳 沢煮わん 和風コロッケ ツナそぼろ丼		牛乳 ぶた肉 冷凍油揚げ まぐろ水煮	にんじん はねぎ にんじん	たけのこ ごぼう こんにゃく 干しいたけ だいこん れんこん おろししょうが コーン むきえだ豆	ごはん 大麦 じゃがいも 小麦粉 米粉 でんぷん さとう さとう	ツナそぼろ丼:麦ごはんにツナそぼろ丼の具をのせて食べましょう。	

●献立表の④は小学校、⑤は中学校です。  
●太字は愛知県でつくられた食品です。  
●都合により献立及び食品を変更する場合があります。  
●調味料やだし等については予定献立表をご覧ください。  
●食物アレルギーの確認は加工食品アレルギー表示表をご覧ください。

## 入学・進級 おめでとうございます!

学校給食は、児童・生徒が栄養のバランスのとれた食事を先生や友達と一緒に食べながら触れ合う中で、心身の健全な発達と、食に関する正しい理解と適切な判断力を養います。

毎月19日は  
「食育の日～おうちでごはんの日～」です

### 学校給食について

**学校給食は、主食・牛乳・副食から成り立っています!**

**主食**

ごはん、めん、パン

**牛乳**

一日に必要なカルシウム約1/2をとることができます。

**副食(おかず)**

煮物・揚げ物・焼き物  
あえもの・サラダ  
くだもの・デザートなど

ごはんは、豊川市でとれたお米を100%使っています。 家庭でとりにくい栄養素は、1/3以上とれるように考えられています。 季節に合わせて、旬の食材をとり入れ、行事食を提供します。

### 給食レシピの紹介 粉ふきいも

〈材料(4人分)〉 〈作り方〉

- ・新じゃがいも(角切り) …… 180g
- ・青のり粉 …… 0.2g
- ・食塩 …… 少々
- ・Aこしょう …… 少々

①鍋でじゃがいもを柔らかくなるまでゆでる。 ②じゃがいもをざるにあげる。 ③じゃがいもを鍋に戻し、火をつけて

鍋をゆすりながら粉がふくまで水分をとばす。 ④Aの調味料を入れて軽く混ぜる。 ⑤青のり粉を加えて仕上げる。

### 4月の「豊川産〇〇の日」

豊川でつくられた食材です!

**ミニトマト**

地元の美味しいトマトをたくさん食べてください

豊川市土筒町  
藤原 清治さんです。

**トマト**

予定献立表・加工食品アレルギー表示表・給食レシピ・食材産地などは豊川市学校給食課のホームページをご覧ください。

学校給食課