



令和7年 4月分献立表



豊川市学校給食課(南部学校給食センター)

日 曜	献立名	主な食品とその働き						メモ欄
		赤／体をつくる		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	
11 金	麦ごはん 牛乳		牛乳			ごはん 大麦		ツナそぼろ丼:麦ごはんにツナそぼろ丼の具をかけて食べましょう。
	沢煮わん	ぶた肉 冷凍油揚げ		にんじん はねぎ	たけのこ ごぼう こんにゃく 干ししいたけ だいこん			
	和風コロッケ			にんじん	れんこん	じゃがいも 小麦粉 パン粉 さとう 米粉 でんぶん	油	
	ツナそぼろ丼	まぐろ水煮			おろししょうが コーン むきえだ豆	さとう		
14 月	㊦ごはん ㊤赤はん 牛乳		牛乳			㊦ごはん ㊤ごはん もち米 あずき		中学校入学・進級お祝い献立 ㊤お祝いいちごゼリー:学校配送
	白みそ汁	冷凍油揚げ 白みそ	わかめ	にんじん はねぎ	たまねぎ だいこん			
	ぶりの竜田揚げ	ぶり			しょうが	でんぶん	油	
	こまつなの和風あえ			にんじん こまつな	キャベツ もやし	さとう		
	㊤お祝いいちごゼリー	豆乳			いちごピューレー いちご果汁	さとう		
15 火	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		豊川産ミニトマトの日 ピビンパ:ごはんにピビンパの具をのせ、まぜながら食べましょう。
	はるさめスープ			にんじん はねぎ	たまねぎ はくさい	はるさめ		
	ピビンパ	牛肉		にんじん チンゲンサイ	にんにく 大豆もやし	さとう でんぶん	油 いりごま	
	ミニトマト(2こ)			ミニトマト				
	かんそう小魚		かたくちいわし			さとう でんぶん		
16 水	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
	だいこんのそぼろ煮	ぶた肉 冷凍生揚げ		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	さとう	油	
	コーンはんぺん	たい たちうお えそ たら			とうもろこし	でんぶん さとう	油	
	ごまあえ			にんじん こまつな	キャベツ	さとう	いりごま	
17 木	ミルクロールパン 牛乳		牛乳			ミルクロールパン		
	春キャベツのスープ	ベーコン		にんじん パセリ	たまねぎ コーン エリンギ キャベツ		油	
	ミートボールのトマト煮(㊦2こ・㊤3こ)	とり肉			たまねぎ	パン粉 さとう	油	
	フルーツカクテル [カクテルゼリー]	[豆乳]	[寒天]		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]	[さとう でんぶん]		
18 金	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
	中華スープ	とうふ なんとまき		にんじん チンゲンサイ	たまねぎ			
	はるまき	ぶた肉		にんじん にら	キャベツ もやし エリンギ	でんぶん さとう 小麦粉	油	
	もやしのあま酢あえ			にんじん	もやし きゅうり しょうが にんにく	さとう	油	
21 月	㊦赤はん ㊤ごはん 牛乳		牛乳			㊦ごはん もち米 あずき ㊤ごはん		小学校入学・進級お祝い献立 ㊤お祝いいちごゼリー:学校配送
	ゆばのすいもの	かまぼこ とうふ ゆば		にんじん みつば	たまねぎ えのきたけ			
	チキンハムカツ	とり肉				米粉 でんぶん さとう	油	
	ポイルキャベツ			にんじん	キャベツ	じゃがいも		
	㊤お祝いいちごゼリー	豆乳			いちごピューレー いちご果汁	さとう		
22 火	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		豊川産ミニトマトの日
	のっぺい汁	冷凍油揚げ		にんじん はねぎ	だいこん 干ししいたけ ごぼう	さといも でんぶん		
	さばの煮付け	さば			しょうが	さとう		
	ミニトマト(2こ)			ミニトマト				
23 水	麦ごはん 牛乳		牛乳			ごはん 大麦		
	マーボーどうふ	ぶた肉 冷凍とうふ 赤みそ		はねぎ	おろししょうが たまねぎ	さとう でんぶん	油	
	愛知県産食材入りぎょうざ(㊦2こ・㊤3こ)	ぶた肉		にんじん	たまねぎ れんこん	でんぶん さとう 小麦粉	油	
	ポイルもやし				もやし			
24 木	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
	米粉のチキンカレーライス	とり肉 豆乳		にんじん	たまねぎ	じゃがいも	油	
	カラフルサラダ	マヨネーズドレッシング		にんじん	コーン むきえだ豆 キャベツ		マヨネーズドレッシング	
	福神漬			しそ	だいこん うり なす れんこん きゅうり しょうが なた豆	さとう		
25 金	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
	ぶた汁	ぶた肉 とうふ 赤みそ		にんじん はねぎ	だいこん ごぼう たまねぎ えのきたけ			
	あじ入りさんが焼き	あじ みそ		にんじん ねぎ	たまねぎ ごぼう たけのこ	さとう でんぶん	油	
	粉ふきいも		青のり粉			じゃがいも		
28 月	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
	五目きんぴら	揚げはん		にんじん さやいんげん	ごぼう こんにゃく たけのこ	さとう	油	
	とりのてり焼き	とり肉				さとう でんぶん		
	しんこあえ [たくあん漬]				きゅうり キャベツ たくあん漬 [だいこん]	[さとう]		
30 水	ソフトめん 牛乳		牛乳			ソフトめん		豊川産トマトの日
	ミートソース	ぶた肉		にんじん トマト	たまねぎ		油	
	フライドポテト					じゃがいも	油	
	フレンチサラダ	フレンチドレッシング			コーン キャベツ きゅうり		フレンチドレッシング	

●献立表の㊦は小学校、㊤は中学校です。 ●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。 ●太字は愛知県産の予定です。
●調味料やだし等については予定献立表をご覧ください。 ●都合により献立及び食品を変更する場合があります。

入学・進級
おめでとう
ございます！

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

ごはんは、豊川市でとれたお米を100%使っています。

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。

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。

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

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

マーボーどうふ

〈材料(4人分)〉

・サラダ油 …………… 小さじ1強

・トウバンジャン …………… 小さじ1/4 A

・おろししょうが …………… 小さじ1/2

・ぶたももひき肉 …………… 100g

・酒 …………… 小さじ1 B

・たまねぎ(みじん切り) …………… 280g

・とうふ(さいのめ) …………… 400g

・はねぎ(小口切り) …………… 12g

・チキンブイヨン(中華) …… 大さじ1

・中華だし …………… 小さじ1

・さとう …………… 小さじ1/2

・ケチャップ …………… 大さじ1強

・しょうゆ …………… 大さじ1強

・赤みそ …………… 大さじ1強

・でんぷん …………… 大さじ1

・ごま油 …………… 小さじ1/2

〈作り方〉

①ぶたももひき肉に酒をふっしておく。

②サラダ油でトウバンジャン、おろししょうがを炒めて香りを出してから、①のぶたももひき肉を炒め、たまねぎを加えて炒める。

③Aの調味料と、とうふを入れ、少し煮立たせてから、Bの調味料を入れる。

④でんぷんを入れてとろみをつけて、はねぎ、ごま油を入れて仕上げる。

毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日～」です

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

トマト

トマトだけじゃなくて、豊川の他の野菜もたくさん食べてね。

すぎえ しげひろ

豊川市豊津町 杉江 繁宏さんです。

いなりん

学校給食課

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でご覧いただけます。