



令和7年 4月分学校給食予定献立表



今月の目標
学校給食について知ろう

阿久比町立学校給食センター
AGUMOGU (あぐもぐ)

日曜	献立名	主な材料とその働き						エネルギー (kcal) 小学校 中学校
		赤 体を作る		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる		
		1群 魚・肉・卵・大豆・大豆製品	2群 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	ごはん 牛乳		牛乳			米		602 714
	しんたまねぎのすましじる	豆腐		にんじん	玉ねぎ えのきたけ			
	とりにくのてりやき	鶏肉				砂糖 でんぷん		
	ひじきとだいずのいために	竹輪 大豆	ひじき	にんじん	枝豆	砂糖	菜種油	
14 月	ごはん 牛乳		牛乳			米		612 736
	ぶたじる	豆腐 豚肉 油揚げ みそ			こんにゃく 大根 ごぼう ねぎ			
	やきさばのたれかけ	さば				砂糖 でんぷん		
	もやしのあえもの	鶏肉		にんじん 小松菜	もやし	砂糖		
15 火	ごはん 牛乳		牛乳			米		611 714
	はるさめスープ	鶏肉		にんじん チンゲンサイ	玉ねぎ 白菜 しょうが	春雨 でんぷん	ごま油	
	ピピンバのぐ(ににく)	豚肉 大豆 みそ			たけのこ にんにく	砂糖	菜種油	
	ピピンバのぐ(やさい)	ごはんといっしょにたべよう。		小松菜 にんじん	もやし	砂糖	ごま ごま油	
	★がまごおりみかんゼリー				みかん果汁	砂糖		
16 水	ごはん 牛乳		牛乳			米		663 790
	にくじゃが	豚肉 揚げはんぺん		にんじん さやいんげん	玉ねぎ こんにゃく	じゃがいも 砂糖	菜種油	
	いわしのうめしょうゆに	いわし		赤しそ	梅肉	砂糖 でんぷん		
	きりぼしだいこんの ごますあえ	ハム		にんじん	切り干し大根 きゅうり	砂糖	ごま	
17 木	ごはん 牛乳		牛乳			米		623 738
	たまふじる	豆腐 かまぼこ		小松菜	ねぎ えのきたけ	玉ふ		
	けんちんしのだの にくみそかけ	豆腐 油揚げ たら 鶏肉 鶏レバー みそ	ひじき	にんじん		砂糖 でんぷん	植物油	
	ぶたにくとしんたまねぎ のいためのもの	豚肉			もやし 玉ねぎ しょうが	砂糖 でんぷん	菜種油	
18 金	ナン 牛乳	にんきメニュー!	牛乳			ナン		688 776
	キーマカレー	豚肉 大豆		にんじん	玉ねぎ にんにく しょうが りんご	小麦粉 砂糖	菜種油	
	ジャーマンポテト	ベーコン		パセリ		じゃがいも	菜種油	
	フルーツのいちごゼリーあえ				パイン 黄桃 いちご	砂糖		
21 月	ごはん 牛乳		牛乳			米		595 715
	みだくさんじる	豚肉 豆腐		にんじん	玉ねぎ 大根 えのきたけ こんにゃく ねぎ	でんぷん		
	ほきフライのレモンふうみ	ほき			レモン果汁	パン粉 小麦粉 米粉 砂糖	菜種油	
	やさいのだいずあえ	大豆		小松菜 にんじん	キャベツ もやし	砂糖		
22 火	わかめごはん 牛乳		牛乳 わかめ			米		616 740
	しんたまねぎのみそじる	豆腐 油揚げ みそ		にんじん	玉ねぎ えのきたけ ごぼう ねぎ			
	ハンバーグの わふうソースかけ	豚肉 鶏肉 大豆			玉ねぎ りんご しょうが にんにく	砂糖 でんぷん		
	きりぼしだいこんのふくめに	豚肉 揚げはんぺん 大豆		さやいんげん にんじん	切り干し大根	砂糖		
23 水	むぎごはん 牛乳		牛乳			麦 米		680 782
	ハヤシライス	豚肉		にんじん トマト	玉ねぎ エリンギ セロリ にんにく	ルウ 砂糖		
	だいずナゲット(2個)	鶏肉 大豆 きな粉		にんじん		砂糖 でんぷん	菜種油	
	コーンサラダ	まぐろ			キャベツ コーン 枝豆		ドレッシング	

日	曜	献立名	主な材料とその働き						エネルギー (kcal) 小学校 中学校
			赤 体を作る		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる		
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	
			魚・肉・卵・大豆・大豆製品	乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・めん・いも・砂糖	油脂・種実	
24	木	ごはん 牛乳		牛乳			米		592
		はっぼうたん	豚肉 えび いか		にんじん	白菜 玉ねぎ たけのこ しょうが	砂糖 でんぷん	菜種油	
		あいちけんさんしよくざいいりぎょうざのすじょうゆかけ(小2個、中3個)	豚肉		にんじん	玉ねぎ れんこん	小麦粉 でんぷん 砂糖		
		ひじきいりちゅうかサラダ	まぐろ	ひじき	赤ピーマン	キャベツ	砂糖	ごま油 ごま	
25	金	ごはん 牛乳		牛乳			米		605
		ゆばのすましじる	湯葉 豆腐 かまぼこ		にんじん	玉ねぎ			
		たらのたつたあげ	たら				でんぷん	菜種油	
		ごもくきんぴら	鶏肉		にんじん さやいんげん	れんこん ごぼう	砂糖	ごま油 ごま	
		★おいわいデザート	にゅうがくしんきゅうおめでとう! 豆乳			いちご	砂糖		
28	月	ごはん 牛乳		牛乳			米		586
		さわにわん	豚肉		にんじん	大根 ごぼう もやし ねぎ			
		レバーいりごまつくね(小2個、中3個)	鶏肉 鶏レバー 大豆			玉ねぎ	パン粉 砂糖 でんぷん	ごま 大豆油 菜種油	
		うのはなのいりに	おから 竹輪		にんじん	枝豆	砂糖	菜種油	
30	水	むぎごはん 牛乳		牛乳			麦 米		674
		マーボどうふ	豆腐 豚肉 みそ		にんじん	玉ねぎ ねぎ しょうが にんにく	砂糖 でんぷん	ごま油	
		あげどりのあまからだれ	鶏肉			にんにく しょうが	砂糖 でんぷん	菜種油	
		はるさめのちゅうかあえ	まぐろ			キャベツ コーン きゅうり もやし にんにく	春雨 砂糖	ごま油 ごま	

〈今月の阿久比町の野菜〉



こまつな



☆すべての食材を表記しているものではなく、加工食品については主な原料(1%以上)を表記しています。

☆材料の都合により献立を変更することがあります。

☆阿久比町では令和3年9月よりアレルギー対応除去食(卵・乳)を提供しています。

☆献立や食に関するお問い合わせ等は給食センターへお願いします。

TEL 48-5111 FAX 48-5114

★業者配送

※令和7年4月から令和8年3月までの間、物価高騰に対応するため、町が食材価格高騰相当分を負担しています。

平均値	小学校	627
	中学校	744
基準値	小学校	650
	中学校	830
給食予定回数		13回

入学・進級おめでとう

ご入学・ご進級おめでとうございます。4月は、新しい生活への期待に胸を膨らませる一方で、環境が変わり、疲れやストレスがたまりやすくなる時期でもあります。夜は早めに寝て、朝食をしっかり食べてから登校することが大切です。今年度も、安全・安心でおいしい給食を提供できるよう職員一丸となって取り組んでまいります。学校給食へのご理解・ご協力のほど、よろしくお願い致します。



給食はじまります!

- ◆小学校2～6年生、中学校11日(金)開始
- ◆小学校1年生 22日(火)開始

給食の内容

●主食(ご飯・パン・めん)

- ・ご飯…週に3～4回
- ・パン…月に1～2回
- ・めん…月に1～2回

ご飯は、知多半島産の米「あいちのかおり」です。

パンは、愛知県産の小麦粉「ゆめあかり」が50%入っています。

めんは、愛知県産の小麦粉「きぬあかり」や「ゆめあかり」が70%、北海道産の小麦粉「ゆめちから」が30%入っています。

●牛乳

愛知県内で搾乳した牛乳です。

●おかず

給食センターで作ります。

主菜、副菜、汁物等を組み合わせます。

ときには果物やデザートも出ます。

AGUMOGUの方針

- ・安全で栄養バランスのとれた給食を作る。
- ・遺伝子組み換え食品や不必要な食品添加物(着色料・保存料等)は、できる限り使わないよう、心がける。
- ・野菜、魚、大豆、海藻等を積極的に使う。
- ・阿久比町、知多半島、愛知県の食材を中心に使う。



保護者の方へ

毎月献立表をCOCCO(ココ)にて配信します。

ご家庭の食事と給食の献立が重ならないようしたり、食品の働きや栄養バランスのとり方の参考にしたりしてご活用ください。

AGUMOGU(あぐもぐ)給食レシピ50

阿久比町のホームページに、給食の人気献立や、おすすめ献立のレシピを50種類掲載しています。ぜひ参考にしてください。

AGUMOGU 給食レシピ50

検索



給食だより

No. 139

阿久比町立学校給食センター
AGUMOGU



令和7年4月

ご入学・ご進級おめでとうございます。色とりどりの花が咲き誇る中、希望に満ちあふれた新年度が始まりました。皆さんの学校生活がより充実したものとなるように、日々の給食を通して応援していきたいと思っております。1年間、よろしくお願ひ致します。



学校給食は「食」を学ぶ時間です!

学校給食は単なる食事の時間ではなく、「学校給食法」に基づき実施される教育活動です。栄養バランスのとれた食事を提供することで、成長期にある子どもたちの健全な発達を支えることはもちろん、健康によい食事や食文化、地場産物、食事のマナーなど、さまざまなことを学ぶための時間です。



学校給食の目標のポイント ※「学校給食法」 第二条より 抜粋・要約	1 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図る。 	2 食事について正しい理解を深め、健全な食生活を育む判断力や望ましい食習慣を養う。 	3 明るい社会性と協同の精神を養う。
	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 食生活が多くの人々の勤労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。

●献立表は、毎月COCOO（ココウ）にて配信します。



給食では旬の食材を取り入れています。ご家庭では骨のある魚、皮付きの果物など、食べるのにひと手間かかるものは面倒だからと敬遠されがちです。食べ方がわからない場合や給食で初めて食べる食品でアレルギー症状が出ることがあります。献立表を確認いただき、食べたことのない食品がある場合は、ご家庭で事前に試していただくと安心です。

●給食当番の給食着は、週末に持ち帰り、洗濯・アイロンがけをお願いします。

他のお子さんでも使用しますので、香りの強い洗剤や柔軟剤の使用はお控えください。



給食時間の過ごし方

全員が安心して、楽しく給食を食べられるよう、一人一人が安全や衛生に気をつけることが大切です。また、給食は決められた時間内に食べ終えなくてはならないので、食べる時間をしっかり確保できるように、協力して準備を行いましょう。



給食の前に、必ず手をきれいに洗いましょう。

1 手をぬらし、せっけんをつけて泡立てる。

2 手のひら・手の甲・指先・指の間・手首をこするように洗う。

3 泡と汚れをしっかりと洗い流す。

4 清潔なハンカチで水分をふく。

給食当番の人は身支度をしっかり整え、協力して準備をしましょう。

- 髪の毛が出ていませんか？
- マスクから鼻と口が出ていませんか？
- 給食着は清潔ですか？

- 爪は短く切っていますか？
- 手をきれいに洗いましたか？
- 体調は悪くないですか？

当番以外の人は、机の上を片付け、室内の換気をするなど、食事にふさわしい環境を整えましょう。

給食を食べるときは、以下のことに気をつけましょう。

よい姿勢で食べる。
※グー・パタ・ピン！

食べやすい大きさにして、よくかんで食べる。※早食いや詰め込みをしない！

食事にふさわしい話をする。

食器やお盆は大切に使う。

ストローや袋などがついていると困るよ。

～作ってみよう！給食レシピ～

豚肉と新玉ねぎの炒め物

【材料】4人分

豚肉	48g
新玉ねぎ	92g
もやし	48g
おろししょうが	小さじ1/4
酒	小さじ1
みりん	小さじ1/2
砂糖	小さじ1
しょうゆ	小さじ1と2/3
菜種油	小さじ1/4
片栗粉	小さじ1/4

【作り方】

- ①豚肉は2cmに切り、新玉ねぎは半月形の1cmに切る。
- ②フライパンに油を熱し、豚肉と一緒にしょうが、酒を入れて炒める。新玉ねぎともやしを入れてさっと炒め、調味料Aを入れる。
- ③最後に同量の水で溶いた片栗粉でとろみをつけたら完成！

新玉ねぎを使って4月17日（木）に提供予定です。



「AGUMOGU（あぐもぐ）給食レシピ50」にオススメ・人気料理が載っています。阿久比町のホームページを検索してください。