



令和3年度4月 学校給食予定献立表



愛知県立古知野高等学校

日 曜	献立名	主な材料とその働き					
		赤 体をつくる		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	牛乳・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
7 水	牛乳		牛乳				
	カツカレーライス	豚肉 ヒレカツ		人参 トマト	玉葱 じゃがいも にんにく しょうが	ご飯	あぶら カレーウ
8 木	マカロニサラダ	ハム 卵		人参	キャベツ きゅうり	マカロニ	コールスロートレッシング
	牛乳 ご飯		牛乳			ご飯	
9 金	鶏肉の唐揚げ	鶏肉			しょうが にんにく	小麦粉 でんぷん	あぶら
	切り干し大根の中華和え			人参 小松菜	切り干し大根 ごぼう コーン		中華ドレッシング ごま
10 土	豆腐スープ	豆腐	わかめ	人参	玉葱 えのきだけ 根菜ねぎ		
	牛乳		牛乳				
11 日	ハヤシライス	牛肉			玉葱 マッシュルーム	ご飯	あぶら ハヤシルウ
	ワインナー	ウィンナー		ブロッコリー 人参	キャベツ 玉葱	じゃがいも	シュークリーム
12 月	牛乳 ご飯		牛乳			ご飯	
	鶏肉の照り焼き	鶏肉				さとう	あぶら
13 火	野菜のジンジャーソテー			人参 ビーマン	キャベツ しめじ しょうが	じゃがいも はちみつ	ごま油
	味噌汁	みそ	わかめ		玉葱	さといも	
14 水	牛乳		牛乳				
	えびどら	えび 卵		ビーマン 人参	玉葱 マッシュルーム	ご飯	あぶら パター
15 木	シニガンスープ(フィリピン料理)	豚肉		トマト いんげん	キャベツ 大根 レモン		
	フルーツポンチ				黄桃缶 バイロ缶 パナナ キウイフルーツ		
16 金	牛乳		牛乳				
	肉味噌うどん	豚肉 みそ		人参	たけのこ 玉葱 にんにく しょうが	うどん さとう でんぷん	あぶら
17 土	キャベツのあつさり煮	生揚げ 鶏肉		人参 いんげん	キャベツ		
	牛乳 ご飯		牛乳			ご飯	
18 日	豚の照り焼き	豚の照り焼き					
	肉団子の筑前煮	肉団子 うずら卵		人参 いんげん	れんこん ごぼう たけのこ 干しいたけ	さとう	
19 月	味噌汁	油揚げ みそ	わかめ		えのきだけ		
	牛乳 麦ご飯		牛乳			麦ご飯	
20 火	鶏肉のマスタードクリームソース	鶏肉					
	イタリアンサラダ	大豆		ほうれん草	玉葱 しめじ にんにく	木ワイルウ	あぶら
21 水	コンソメスープ	ウィンナー		いんげん	キャベツ コーン		イタリアンドレッシング
	牛乳		牛乳			じゃがいも	
22 木	ナポリタンスパゲティ	ウィンナー		人参 ビーマン	玉葱 マッシュルーム にんにく	スパゲティ	あぶら
	フレンチサラダ	えび		アスパラガス 人参 小松菜	コーン		フレンチドレッシング
23 金	牛乳		牛乳				
	豚丼	豚肉			玉葱	ご飯 はちみつ さとう	あぶら
24 土	新じゃがの胡麻酢和え	ささみオイル漬け		ブロッコリー	しょうが	じゃがいも さとう	ごま
	茗竹汁	みそ	わかめ	人参	たけのこ		
25 日	牛乳 ご飯		牛乳			ご飯	
	タッカルビ	豚肉 鶏肉 みそ		にら かぼちゃ 菜ねぎ	キャベツ 白菜 玉葱	はちみつ	
26 月	厚揚げと青菜のスープ	生揚げ		青菜菜 人参	もやし きくらげ		
	牛乳 もち麦ご飯		牛乳			もち麦ご飯	
27 火	白身魚のねぎソースかけ	ホキフライ		菜ねぎ			あぶら ごま油 ごま
	干草和え	卵		人参 ほうれん草	キャベツ もやし	さとう	あぶら
28 水	なめこ汁	みそ			しめじ えのきだけ なめこ		
	牛乳		牛乳				
29 木	山菜ごはん	油揚げ		人参	山菜ミックス こんにゃく 干しいたけ	ご飯 さとう	
	鶏肉とじゃが芋のバター醤油炒め	鶏肉		ブロッコリー	玉葱	じゃがいも さとう	バター
30 金	味噌汁	みそ	わかめ		切り干し大根 えのきだけ	ご飯	
	牛乳 ご飯		牛乳			ご飯	
31 土	鶏のBBQソテー	サーモンフライ				はちみつ	あぶら
	ロールスローサラダ	卵 ハム		小松菜 人参	キャベツ		あぶら 胡麻ドレッシング
32 日	ひよこ豆のカレースープ アンドミルク	ウィンナー ひよこ豆 アンドミルク		人参	しめじ 玉葱		
	牛乳 ご飯		牛乳			ご飯	
33 月	肉豆腐	牛肉 豆腐		人参	ごぼう えのきだけ 玉葱 しらたき 根菜ねぎ		あぶら
	しゃんしゃんポテサラ	まぐろ油揚げ		青菜菜		じゃがいも	ゆずドレッシング
34 火	牛乳		牛乳				
	味噌ラーメン	豚肉 みそ		小松菜 菜ねぎ	もやし キャベツ きくらげ	ラーメン	あぶら
35 水	うずら卵のオイスターソース炒め	うずら卵 生揚げ		人参	玉葱 たけのこ にんにく しょうが	ごま油 ごま	
	三色ゼリー					みかん・メロン・いちごゼリー	

- ・都合により献立を変更することがあります。
- ・各料理の調味料やだし等については記載されていません。

入学・進級おめでとう！

学校給食は、成長期にあるみなさんの心と体の健康や発達のため、栄養バランスを考えて作っています。給食を通して旬の食材やさまざまな料理を味わいましょう！

