

令和8年度4月分 学校給食予定献立表

碧南市第1学校給食センター

日曜		赤  体をつくるもとになる食品		緑  体の調子を整える食品		黄  エネルギーのもとになる食品		エネルギー kcal 中学校 小学校 幼稚園	
		1群	2群	3群	4群	5群	6群		
祝 中学校入学お祝い 小学校・中学校進級お祝い献立 あいちの新玉ねぎの日の献立 (詳しくは、裏面の記事を見てください)									
13月	赤飯 牛乳	ぎゅうにゅう				こめ	あずき	801	
	豆腐ハンバーグの桜色あんかけ	とうふ とりにく			おろしだいこん たまねぎ ねりうめ	さとう		640	
	春キャベツのおかかあえ	かつおぶし		こまつな にんじん	キャベツ	さとう		473	
	碧南たまねぎのすまし汁 【小中】お祝いデザート	とりにく かまぼこ		にんじん	たまねぎ もやし	じゃがいも	あずき もちごめ さとう		
かみカミデー (詳しくは、今月の食育だよりを見てください)									
14火	きしめん 牛乳	ぎゅうにゅう				きしめん		819	
	きしめんの汁	あぶらあげ かまぼこ		にんじん こまつな はねぎ	たまねぎ ほししいたけ			642	
	ツナと山菜の炒め物 『新ごぼうのかき揚げ』	ツナ			ふき れんこん とうもろこし わらび	さとう	あぶら	564	
祝 幼稚園進級お祝い献立									
15水	ご飯 牛乳	ぎゅうにゅう				こめ		788	
	ビーンズふりかけ	だいず ツナ		にんじん きピーマン	たまねぎ グリンピース		オリーブあぶら	633	
	チーズオムレツ	たまご チーズ				さとう	でんぷん	577	
	新たまねぎのポトフ 【幼】お祝いデザート	ウインナー		にんじん	たまねぎ キャベツ にんにく	じゃがいも			
16木	ソフトカレーフライ	カレー				こめ		840	
	鶏団子汁	とりにく		にんじん こまつな	もやし ごぼう たまねぎ	でんぷん さとう		541	
	さつまいもとわかめの白あえ風サラダ	とうふ わかめ		ほうれんそう		さつまいも さとう	ごま		
良いきゅうりの日の献立 (詳しくは、裏面の記事を見てください)									
17金	ご飯 牛乳	ぎゅうにゅう				こめ		826	
	えびシューマイ (小中2個)	えび ぎょにく			たまねぎ	パンこ でんぷん		625	
	マーボー豆腐	ぶたにく とうふ みそ		にんじん はねぎ	たまねぎ しょうが	さとう でんぷん	あぶら	511	
20月	三河みどりのやみつききゅうり				きゅうり キャベツ にんにく	さとう	ごまあぶら		
	カレーシチュー	ぶたにく		にんじん いんげん	たまねぎ	じゃがいも		781	
	ウインナー	ウインナー						625	
	碧南たまねぎのさっぱりサラダ 青じそドレッシング	ツナ			キャベツ きゅうり とうもろこし	たまねぎ		ドレッシング	528
21火	ご飯 牛乳	ぎゅうにゅう				こめ		865	
	ころころユーリンチー	とりにく			しろねぎ	さとう でんぷん	あぶら	668	
	チャプチェ	ぶたにく		あかピーマン きピーマン チンゲンサイ	しょうが にんにく ごぼう たまねぎ	はるさめ さとう		555	
22水	白だしナムル	ツナ		にんじん	きゅうり もやし	さとう	ごまあぶら		
	さわらの碧南赤しそマヨ焼き	さわら		あかしそ			ノンエッグマヨネーズ	894	
	生揚げの五目煮 『カレーきんぴら』	ぶたにく ちくわ あつあげ		にんじん いんげん	たまねぎ こんにゃく たけのこ ほししいたけ	さとう でんぷん		696	
23木	スライSPAN 牛乳	ぎゅうにゅう				こめ		894	
	鶏肉のバーベキューソース	とりにく			たまねぎ りんご	さとう		605	
	シーザーサラダ				キャベツ きゅうり とうもろこし			527	
	クラムチャウダー	ベーコン あさり とうにゅう		にんじん パセリ	たまねぎ しめじ	じゃがいも	あぶら		
	シーザーサラダドレッシング (乳なし) 【中】いちごジャム						ドレッシング		

令和8年度4月分 学校給食予定献立表

碧南市第1学校給食センター

日曜	献立名	赤 体をつくるもとになる食品		緑 体の調子を整える食品		黄 エネルギーのもとになる食品		エネルギー kcal 中学校 小学校 幼稚園
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	
24金	ごはん 牛乳 白ごまつくね(小中2個) 肉じゃが あいませ 【中】ひじきのりの佃煮	とりにく ぶたにく あぶらあげ	牛乳・乳製品 小魚・海そう ぎゅうにゅう	緑黄色野菜 にんじん いんげん にんじん	その他の野菜・果物・きのこ たまねぎ こんにゃく たまねぎ きゅうり ほししいたけ	米・パン・めん いも・砂糖 こめ	油・種実 ごま	766 600 459
27月	わかめごはん 牛乳 キャベツ入りメンチカツ 『切り干大根の煮物』 はな じり 花ふ汁	ぶたにく はんぺん とりにく とうふ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん いんげん にんじん いんげん	キャベツ たまねぎ きりほしだいこん たまねぎ ほししいたけ	こめ パンこ こむぎこ さとう	あぶら あぶら	776 611 499
28火	ごはん 牛乳 レバーのマリアナソース チンゲンサイの白しょうゆ炒め 新たまねぎのみそ汁	レバー とりにく しらすぼし あぶらあげ とう ふ みそ	ぎゅうにゅう	チンゲンサイ きびー マン にんじん はねぎ	キャベツ たまねぎ ごぼう	こめ さとう	あぶら	776 611 501
30木	ごはん 牛乳 さばのみそ煮 高野豆腐の卵とじ しおこんぶ 塩昆布あえ	さば みそ こうやどうふ とり にく たまご こんぶ	ぎゅうにゅう	にんじん いんげん にんじん いんげん	たまねぎ ほししいたけ キャベツ きゅうり	こめ さとう	じゃがいも さとう	842 663 542

※材料等の都合により、献立を変更する場合があります。(給食回数13回) ※愛知県産・碧南市産の食材は**太字**になっています。
 ※材料は、すべてを記載しているわけではありません。 ※水産物(練り製品を含む)は、えび・かに・いかなどが混ざる可能性があります
 ※アレルギー原因物質については、食物アレルギー詳細な献立表で確認してください。
 ※『 』は、かみかみメニューです。よくかんで食べましょう。

① 料理名を紹介しています。給食で、料理の名前をたくさん覚えてください。

献立表のここに注目！！

③ 碧南市や愛知県で作られた食材を**太字**で紹介しています。探してみてください。

② 給食に使われている食品の主な働きを紹介しています。

令和8年度 分 学校給食

碧南市第1学校給食センター

日曜	献立名	赤 体をつくるもとになる食品		緑 体の調子を整える食品		黄 エネルギーのもとになる食品		エネルギー kcal 中学校 小学校 幼稚園
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	
13月	祝 中学校入学お祝い 小学校・中学校進級お祝い献立 あいちの新たまねぎの日の献立(詳しくは、裏面の記事を見てください) 赤飯 牛乳 豆腐ハンバーグの桜色あんかけ 春キャベツのおかかあえ 碧南たまねぎのすまし汁 【小中】お祝いデザート	とうふ とりく かつおぶし とりにく かまぼこ	ぎゅうにゅう	緑黄色野菜 にんじん にんじん	その他の野菜・果物・きのこ おろしたいこん たまねぎ ねぎらめ キャベツ たまねぎ もやし	こめ あずき さとう さとう じゃがいも あずき もちこめ		801 640 473

④ 料理名に『 』がついている料理があります。「かみかみメニュー」といって、みなさんによくかんで食べてほしい料理です。また、月に1回、よくかんで食べることを意識する「かみかみデー」もあります。毎月、探してみてください。

⑤ 吹き出しは、新しい料理などの紹介です。今月は、「さわらの碧南赤しそマヨ焼き」が新しい料理です。お楽しみに！

令和7年度
クッキングコンテスト受賞献立から一品紹介！

☆☆ さつまいもとわかめの白あえ風サラダ ☆☆

応募者 西端小学校 山田 彩晴さん

さつまいもの甘みとごまの風味で、優しい味の料理です。(レシピは給食用にアレンジする前のものです。)

材料(3人分)

・さつまいも 3分の1本
・乾燥わかめ 5g
A白すりごま 大さじ1
A白しょうゆ 大さじ1
・ほうれん草 2枚
・絹ごし豆腐 1丁(300g程度)
A3温糖 ひとつまみ

作り方

- ① さつまいもは15mmの角切り、ほうれん草は20mmの幅に切る。
- ② ①をゆでて水を切り、冷やす。
- ③ 豆腐をキッチンペーパーで包み、水分を取る。
- ④ ③を混ぜながらつぶし、②と乾燥わかめを入れる。
- ⑤ Aを入れて混ぜる。
- ⑥ 冷蔵庫で20分冷やして出来上がり。

4月10日 あいちの新たまねぎの日

碧南市は、愛知県を代表するたまねぎの産地です。今の時期には「へきなんサラダたまねぎ」というブランドのたまねぎが収穫できます。給食では、4月13日にJAあいち中央碧南玉葱部会からいただいた、みずみずしいたまねぎを使って、「豆腐ハンバーグの桜色あんかけ」と「碧南たまねぎのすまし汁」を提供します。

4月19日 良いきゅうりの日

碧南市では、きゅうりのハウス栽培が行われています。3月から5月の出荷量が特に多く「三河みどり」というブランド名で売られています。4月17日の給食では、西三河冬春きゅうり部会からいただいた歯ごたえのよいきゅうりを使って「三河みどりのやみついきゅうり」を提供します。