

令和8年4月分予定献立表（小学校）

知立市学校給食センター

日曜	食器	献立	<赤> おもに体をつくる もとなる食品		<緑> おもに体の調子を整える もとなる食品		<黄> おもにエネルギーの もととなる食品		エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
			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・海そう	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	
			たんぱく質	無機質	ビタミン・無機質		炭水化物	脂質	
15 水	大	せきはん 牛乳	あずき	ぎゅうにゅう			こめ もちごめ		631 28.5
	皿	とうふハンバーグのおろしソース かけ	とりにく とうふ だいず			たまねぎ だいこん	さとう かたくりこ	あぶら	
	小	おはなみじる	かまぼこ とりにく とうふ あぶらあげ		にんじん みつば	だいこん はくさい			
	皿	ツナあえ	まぐろあぶらづけ		ほうれんそう	キャベツ とうもろこし	さとう	通年アレルギーを含ま ないリウを使用します。 ぎま	
16 木	皿	ソフトめん 牛乳		ぎゅうにゅう			ソフトめん		665 23.7
	大	だいずミートソース	だいず		にんじん トマト	たまねぎ マッシュルーム	さとう ハヤシルウ	あぶら	
	皿	パンブキンアンサンブルエッグ	とりにく たまご		かぼちゃ		かたくりこ	あぶら	
	小	れんこんチップ		あおのり		れんこん	あぶら		
17 金	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		647 30.2
	小	マーボーどうふ	とうふ ぶたにく みそ		にんじん はねぎ	たまねぎ しろねぎ たけのこ	さとう かたくりこ	ごまあぶら	
	皿	しゅうまい(2こ)	ぶたにく			たまねぎ もやし きゅうり しょうが	こむぎこ さとう		
	皿	きゅうりともやしのナムル							
20 月	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		604 29.5
	皿	さわらのさいきょうやき	みそ さわら				さとう		
	小	すきやきふうじ	ぶたにく やきどうふ かまぼこ	「鯖」と書き、 春が旬の魚です。	にんじん はねぎ	しろねぎ はくさい こんにゃく	さとう		
	皿	ごまひじきあえ		ひじき	こまつな にんじん	キャベツ	さとう	ごま	
21 火	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		631 26.1
	皿	キャベツイリメンチカツ	ぶたにく			キャベツ たまねぎ そらめ	こむぎこ パンこ	あぶら	
	皿	そらめ							
	小	こんさい みそしる	とりにく とうふ あぶらあげ みそ		にんじん はねぎ	だいこん ごぼう しろねぎ	じゃがいも さとう		
22 水		うめじそふりかけ	かつおぶし	のり	しそ	うめ	かたくりこ さとう	ごま	616 24.9
	大	むぎごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ むぎ		
	小	ポークカレー	ぶたにく		にんじん トマト	たまねぎ	じゃがいも カレーウ	通年アレルギーを含ま ないリウを使用します。	
	皿	ビッグチキンナゲット	とりにく				こむぎこ コーンスターチ	あぶら	
23 木	皿	いろいろやさいサラダ	チキンハム		にんじん	キャベツ きゅうり とうもろこし	さとう	あぶら	685 28.7
	皿	くろロールパン 牛乳		ぎゅうにゅう			パン		
	皿	とりにくのからあげ	とりにく			しょうが	かたくりこ	あぶら	
	大	はくさいいりとうにゅうシチュー	ウインナー とうにゅう		にんじん パセリ	はくさい たまねぎ とうもろこし	じゃがいも ホワイトルウ	通年アレルギーを含ま ないリウを使用します。	
24 金	小	フルーツのいちごゼリーあえ				いちご もも パインアップル	さとう		640 23.4
	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		
	皿	しろみぎかなのナゲット(2こ)	たら				てんぷらこ	あぶら	
	小	じゃがいものそばろに	ぶたにく はんぺん		にんじん さやいんげん	たまねぎ こんにゃく	さとう じゃがいも		
27 月	皿	きゅうりのこんぶあえ		こんぶ	にんじん	きゅうり キャベツ			629 21.3
	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		
	皿	あげぎょうざ(2こ)	とりにく			キャベツ	こむぎこ	あぶら	
	皿	とれたてたけのこの チンジャオロース	ぶたにく		ピーマン	たけのこ にんにく	かたくりこ さとう	ごまあぶら	
27 月	小	とりだんごとはるさめの ちゅうかスープ	とりにく		にんじん チンゲンサイ	たまねぎ はくさい	はるさめ パンこ	あぶら	

愛知県産の食材(4月分)の予定)



こめ



こむぎ



ぎゅうにゅう



ぶたにく



とりにく



あおのり



だいず



みそ



みつば



チンゲンサイ



ほうれんそう



キャベツ



いちご



だいこん



はくさい



きゅうり



たまねぎ



れんこん



たけのこ

毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日～」です

※食材の都合により献立を変更する場合があります。
※献立名は主食・主菜・副菜の順になっています。◎は、業者配送です。
※アレルギー物質については、アレルギー関連書類で確認してください。



【4月学校給食献立月目標】

がっこうきゅうしょく な した
学校給食に慣れ親しもう



日曜	食器	献立	<赤> おもに体をつくる もとになる食品		<緑> おもに体の調子を整える もとになる食品		<黄> おもにエネルギーの もとになる食品		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)			
			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・海そう	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					
			たんぱく質	無機質	ビタミン・無機質		炭水化物	脂質					
28 火	大	ごはん 牛乳	キムチとたくあん漬けが入った丼ぶりです。ごはんにのせて食べましょう。	ぎゅうにゅう			こめ		588	26.8			
	皿	キムタクどんのぐ		ぶたにく	はねぎ	はくさいキムチ たくあんづけ はくさい しろねぎ	かたくりこ	ごまあぶら					
	皿	ごもくあつやき たまご		たまご	にんじん	グリーンピース たけのこ どうもろこし しいたけ	さとう かたくりこ	あぶら					
	小	みだくさんみそしる		とりにく なまあげ みそ	にんじん こまつな	だいこん たまねぎ ごぼう							
30 木	大	ごはん 牛乳	知立市で採れた食材を使います。	ぎゅうにゅう			こめ		610	24.4			
	皿	ちりゅうしょくざいのひ			しょうが	かたくりこ さとう	あぶら						
	皿	ぶたにくとちりゅうだいのあげに		ぶたにく だいず	しそ	キャベツ きゅうり							
	小	ゆかりあえ すましじる		とうふ かまぼこ	にんじん ほうれんそう	はくさい えのきたけ							
今月の平均		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (脂質エネルギー平均の%)	カルシウム (mg)	マグネシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミン			食物繊維 (g)	食塩 (g)	
		631	26.2	28.5	366	100	3.1	A (μg)	B1 (mg)	B2 (mg)	C (mg)	4.8	2.1

がっこうきゅうしょく 学校給食の献立

しゅしよく 主食

ごはん 週4回程度
ちりゅうしせん 知立市産の「あいちのかおり」
すましじる

パン 月に2〜3回程度
けんないさんこむぎ 県内産小麦50%使用

めん 2週に1回程度
けんないさんこむぎ 県内産小麦50%以上使用

ぎゅうにゅう 牛乳

にほんじんふそく 日本人に不足しがちなカルシウムを補給するために、毎日1本(200ml)つきます。

おかず

しゅさいふくさいしる 主菜、副菜、汁もの、果物などのおかずが食缶、大バット、小バットに入っています。

※主菜:おもにたんぱく質が多い食品を使った料理 副菜:おもに野菜を多く使った料理

キャラクター: りきまる

よていこんだてひょう 予定献立表の見方

がっこうきゅうしょく 学校給食では、月単位で予定献立表を作成しています。給食で使用する食品を、小学校の家庭科で学習する「3つの食品グループ」、「五大栄養素」、中学校の技術家庭科で学習する「6つの基礎食品群」に分けて見ることができます。

料理名が、主食、牛乳、主菜、副菜、その他の順に記載されています。

使われている食品が料理毎に記載されています。

3つの食品のグループに分けて確認できます。

6つの基礎食品群に分けて確認できます。

五大栄養素の確認もできます。

料理名が、主食、牛乳、主菜、副菜、その他の順に記載されています。		使われている食品が料理毎に記載されています。		3つの食品のグループに分けて確認できます。		6つの基礎食品群に分けて確認できます。		5大栄養素の確認もできます。			
日曜	食器	献立	<赤> おもに体をつくる もとになる食品		▼<緑> おもに体の調子を整える もとになる食品		<黄> おもにエネルギーの もとになる食品		エネルギー (kcal)		
			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・海そう	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			
			たんぱく質	無機質	ビタミン・無機質		炭水化物	脂質			
20 木	大 小 皿 皿	ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう		にんじん トマト	たまねぎ	こめ	通年アレルギーを含まない乳ウを使用します。	637		
		ポークカレー	ぶたにく				じゃがいも カレーウ				
		ビッグチキンナゲット	とりにく				こむぎこ かたくりこ				
		★フルーツヨーグルト【ヨーグルト】	ヨーグルト		みかん もも パインアップル	さとう	あぶら				
今月の平均		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	マグネシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミン		食物繊維 (g)	食塩 (g)
		633	24.9	28.0	345	114	3.3	A (μg)	B1 (mg)		

配るときに
入れる食器
が記載されて
います。

ごはんの日

パン・めんの日

★は、アレルギー対応食を提供する料理です。

1か月の平均栄養価が記載されています。

料理や食品の説明が記載されています。

日毎のエネルギー、たんぱく質、食塩が記載されています。

令和8年4月分予定献立表（中学校）

知立市学校給食センター

日曜	食器	献立	<赤> おもに体をつくる もとなる食品		<緑> おもに体の調子を整える もとなる食品		<黄> おもにエネルギーの もととなる食品		エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
			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・海そう	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	
			たんぱく質	無機質	ビタミン・無機質		炭水化物	脂質	
15 水	大	せきはん 牛乳	あずき	ぎゅうにゅう			こめ もちごめ		821 36.0
	皿	とうふハンバーグのおろしソース かけ	とりにく とうふ だいず			たまねぎ だいこん	さとう かたくりこ	あぶら	
	小	おはなみじる	かまぼこ とりにく とうふ あぶらあげ		にんじん みつば	だいこん はくさい			
	皿	ツナあえ	まぐろあぶらづけ		ほうれんそう	キャベツ とうもろこし	さとう	通年アレルギーを含ま ないリウを使用します。 ごま	
16 木	皿	ソフトめん 牛乳		ぎゅうにゅう			ソフトめん		877 30.8
	大	だいずミートソース	だいず		にんじん トマト	たまねぎ マッシュルーム	さとう ハヤシルウ	あぶら	
	皿	パンブキンアンサンブルエッグ	とりにく たまご		かぼちゃ		かたくりこ	あぶら	
	小	れんこんチップ		あおのり		れんこん	あぶら		
17 金	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		850 38.8
	小	マーボーどうふ	とうふ ぶたにく みそ		にんじん はねぎ	たまねぎ しろねぎ たけのこ	さとう かたくりこ	ごまあぶら	
	皿	しゅうまい(3こ)	ぶたにく			たまねぎ もやし きゅうり しょうが	こむぎこ さとう		
	皿	きゅうりともやしのナムル							
20 月	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		772 36.4
	皿	さわらのさいきょうやき	みそ さわら				さとう		
	小	すきやきふう	ぶたにく やきどうふ かまぼこ	「鯖」と書き、 春が旬の魚です。	にんじん はねぎ	しろねぎ はくさい こんにゃく	さとう		
	皿	ごまひじきあえ		ひじき	こまつな にんじん	キャベツ	さとう	ごま	
21 火	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		794 31.5
	皿	キャベツいりメンチカツ	ぶたにく			キャベツ たまねぎ そらめ	こむぎこ パンこ	あぶら	
	皿	そらめ							
	小	こんにゃく みそしる	とりにく とうふ あぶらあげ みそ		にんじん はねぎ	だいこん ごぼう しろねぎ	じゃがいも		
22 水		うめじそふりかけ	かつおぶし	のり	しそ	うめ	かたくりこ さとう	ごま	788 30.7
	大	むぎごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ むぎ		
	小	ポークカレー	ぶたにく		にんじん トマト	たまねぎ	じゃがいも カレーウ	通年アレルギーを含ま ないリウを使用します。	
	皿	ビッグチキンナゲット	とりにく				こむぎこ コーンスターチ	あぶら	
23 木	皿	いろいろやさいサラダ	チキンハム		にんじん	キャベツ きゅうり とうもろこし	さとう	あぶら	868 35.0
	皿	くろロールパン 牛乳		ぎゅうにゅう			パン		
	皿	とりにくのからあげ(2こ)	とりにく			しょうが	かたくりこ	あぶら	
	大	はくさいいりとうにゅうシチュー	ウインナー とうにゅう		にんじん パセリ	はくさい たまねぎ とうもろこし	じゃがいも ホワイトルウ	通年アレルギーを含ま ないリウを使用します。	
24 金	小	フルーツのいちごゼリーあえ				いちご もも パインアップル	さとう		843 29.8
	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		
	皿	しろみぎかなのナゲット(3こ)	たら				てんぷらこ	あぶら	
	小	じゃがいものそばろに	ぶたにく はんぺん		にんじん さやいんげん	たまねぎ こんにゃく	さとう じゃがいも		
27 月	皿	きゅうりのこんぶあえ		こんぶ	にんじん	きゅうり キャベツ			830 27.0
	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		
	皿	あげぎょうざ(3こ)	とりにく			キャベツ	こむぎこ	あぶら	
	皿	とれたてたけのこの チンジャオロース	ぶたにく		ピーマン	たけのこ にんにく	かたくりこ さとう	ごまあぶら	
	小	とりだんごとはるさめの ちゅうかスープ	とりにく		にんじん チンゲンサイ	たまねぎ はくさい	はるさめ パンこ	あぶら	

愛知県産の食材(4月分)の予定)



毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日～」です

※食材の都合により献立を変更する場合があります。
※献立名は主菜・主菜・副菜の順になっています。◎は、業者配送です。
※アレルギー物質については、アレルギー関連書類で確認してください。



【4月学校給食献立月目標】

がっこうきゅうしよく な した
学校給食に慣れ親しもう



日曜	食器	献立	<赤> おもに体をつくる もとになる食品		<緑> おもに体の調子を整える もとになる食品		<黄> おもにエネルギーの もとになる食品		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)			
			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・海そう	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					
			たんぱく質	無機質	ビタミン・無機質		炭水化物	脂質					
28 火	大	ごはん 牛乳 キムタクどんのぐ	キムチとたくあん漬が入った丼ぶりです。 ごはんにのせて食べましょう。	ぎゅうにゅう	はねぎ	はくさいキムチ たくあんづけ はくさい しろねぎ グリーンピース たけのこ とうもろこし しいたけ	こめ かたくりこ	ごまあぶら	795	34.9			
	血	ごもくあつやき たまご		ぶたにく	にんじん	だいにん たまねぎ ごぼう	さとう かたくりこ	あぶら					
	小	みだくさんみそしる		とりにく なまあげ みそ	にんじん こまつな								
		◎ヨーグルト		ヨーグルト									
	30 木	大	ごはん 牛乳	知立市で採れた食材を使います。	ぎゅうにゅう		しょうが	こめ かたくりこ さとう	あぶら		788		
血	ちりゅうしょくざいのひ ぶたにくとちりゅうだいのあげに	ぶたにく	しそ		キャベツ きゅうり								
血	ゆかりあえ		にんじん ほうれんそう		はくさい えのきたけ								
小	すましじる	とうふ かまぼこ											
今月の平均		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (mg) (摂取エネルギーの%)	カルシウム (mg)	マグネシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミン		食物繊維 (g)	食塩 (g)		
		821	32.8	26.4	413	126	4.2	A (μg)	B1 (mg)	B2 (mg)	C (mg)	6.4	2.7

がっこうきゅうしょく 学校給食の献立

主食 ごはん 週4回程度
・知立市産の「あいちのかおり」
を使用

牛乳 日本人に不足しがちなカルシウムを補給するために、毎日1本(200ml)つきます。

おかず 主菜、副菜、汁もの、果物などのおかずが食缶、大バット、小バットに入っています。
※主菜:おもにたんぱく質が多い食品を使った料理 副菜:おもに野菜を多く使った料理

主食・牛乳・おかずの組み合わせで作られています。

パン 月に2〜3回程度
・県内産小麦50%使用

めん 2週に1回程度
・県内産小麦50%以上使用



りきまる



ほねまる



にくまる



ベジまる



フルーツまる

よていこんだてひょう 予定献立表の見方

学校給食では、月単位で予定献立表を作成しています。給食で使用される食品を、小学校の家庭科で学習する「3つの食品グループ」、「五大栄養素」、中学校の技術家庭科で学習する「6つの基礎食品群」に分けて見ることができます。

料理名が、主食、牛乳、主菜、副菜、その他の順に記載されています。

使われている食品が料理毎に記載されています。

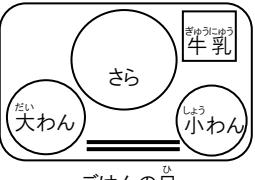
3つの食品のグループに分けて確認できます。

6つの基礎食品群に分けて確認できます。

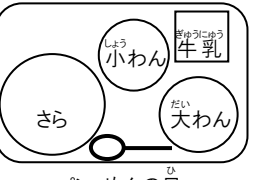
五大栄養素の確認もできます。

日曜	食器	献立	<赤> おもに体をつくる もとになる食品		<緑> おもに体の調子を整える もとになる食品		<黄> おもにエネルギーの もとになる食品		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)			
			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・海そう	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					
			たんぱく質	無機質	ビタミン・無機質		炭水化物	脂質					
20 木	大	ごはん 牛乳	ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん トマト	たまねぎ	こめ	通年アレルギーを含ま ないリウを使用します。	637	24.9			
	小	ポークカレー					じゃがいも カレールウ				あぶら		
	血	ビッグチキンナゲット		とりにく			こむぎこ かたくりこ						
	血	★フルーツヨーグルト【ヨーグルト】		ヨーグルト	みかん もも パインアップル	さとう							
今月の平均		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	マグネシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミン			食物繊維 (g)	食塩 (g)	
		633	24.9	28.0	345	114	3.3	A (μg)	B1 (mg)	B2 (mg)	C (mg)	3.6	2.1

くば 配るときに
い 入れる食器
が記載され
ています。



ごはんの日



パン・めんの日

★は、アレルギー対応食を提供する料理です。

1か月の平均栄養価が記載されています。

料理や食品の説明が記載されています。

日々のエネルギー、たんぱく質、食塩の量が記載されています。