



2024年 3月

学校給食献立表

給食回数 15回

東郷町給食センター

給食日	主な食品とその働き 献立名	赤の仲間 (血や肉や骨になる)		緑の仲間 (体の調子を整える)		黄の仲間 (熱や力の元になる)	
		1群	2群	3群	4群	5群	6群
		肉・魚・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・きのこ・果物	穀類・いも類・砂糖	油脂類・種実類
にこにこ給食の日	△緑の野菜ジュース			にんじん、トマト、赤ピーマン、赤しそ、グリーンアスパラガス、ケール、プロッコリー、ほうれんそう、プチヴェール、パセリ、リーフレタス、かぼちゃ、クレソン	キャベツ、ビート、大根、たまねぎ、はくさい、セロリ、りんご、レモン、もも、ぶどう、アセロラ、リンナップル		
1 金	玄米ごはん にこにこ米粉カレー 焼きフランクフルト コーンサラダ	鶏肉 フランクフルト チキンハム		にんじん、トマト (町)、かぼちゃ	にんにく、たまねぎ	玄米ごはん (町)	米ぬか油、植物油
4 月	ごはん ★花形豆腐ハンバーグのあんかけ なばなのおひたし ★呉汁 △東郷町産米粉のオムレット (◆豆乳プリンタルト)	鶏肉、豆腐、大豆 豚肉 (県)、油揚げ (県)、大豆、白みそ (県) 鶏卵 (県)、ゼラチン 豆乳、大豆	加糖練乳	にんじん なばな、にんじん にんじん	たまねぎ、にんにく、しょうが はくさい こんにゃく、大根 (県)、ねぎ	砂糖、三温糖、でんぷん 三温糖 さといも 砂糖、米粉 (町) 砂糖、米粉、とうもろこし粉、でんぷん	植物油 バター 植物油
小学校メニュー	わかめごはん 照り焼きチキン 磯香あえ 沢煮わん	鶏肉 きざみのり 豚肉 (県)、かまぼこ			しょうが、にんにく、たまねぎ、りんご、レモン果汁 はくさい、きゅうり (県) ごぼう、大根 (県)、えのきたけ、ねぎ	わかめごはん (町) 三温糖 三温糖	
中学校メニュー	古代米赤飯 照り焼きチキン 磯香あえ 沢煮わん	鶏肉 きざみのり 豚肉 (県)、かまぼこ			しょうが、にんにく、たまねぎ、りんご、レモン果汁 はくさい、きゅうり (県) ごぼう、大根 (県)、えのきたけ、ねぎ	有機栽培米 (町)、もち米、赤米 三温糖 三温糖	
お祝いメニューの日	C いちごゼリー D お祝いクレープ E 紅白大福	豆乳 あずき			いちご いちご	砂糖 三温糖、米粉、水あめ、でんぷん 上新粉、砂糖	大豆油
6 水 応募献立の日	あいちの米粉パン わが家のトマト煮 ★ひじきサラダ	鶏肉 まぐろ油漬、大豆 (県)	ひじき	にんじん、トマト、ピーマン ほうれんそう	たまねぎ、にんにく キャベツ (県)、とうもろこし、ゆず果汁	あいちの米粉パン (県) じゃがいも、三温糖 三温糖	大豆油 米ぬか油、オリーブ油
中学校卒業式	★パンプキンスープ	ベーコン 生クリーム、牛乳		にんじん、かぼちゃ、パセリ	たまねぎ、マッシュルーム	小麦粉	
7 木	ソフトめん 中華あんかけ 愛知の野菜春巻き パンパンジーサラダ	豚肉 (県)、えび 鶏肉 ササミオイル漬		にんじん、たまねぎ、キャベツ (県)、きくらげ、しいたけ、たけのこ にんじん	キャベツ (県)、れんこん もやし (県)、きゅうり (県)	ソフトめん でんぷん、三温糖 でんぷん、三温糖、小麦粉 三温糖	ごま油 ごま油、大豆油、米ぬか油 練りごま
8 金	ごはん 米粉のたらフライレモンソースかけ ★納豆サラダ (●チーズ) さつま汁 蒲郡みかんミニゼリー	すけとうだら 納豆 (県)、チキンハム 鶏肉、はんぺん、赤みそ (県)	チーズ		レモン果汁 きゅうり (県)、とうもろこし ごぼう、大根 (県)、ねぎ みかん果汁 (県)	ごはん (町) でんぷん、三温糖 きび糖 さつまいも 砂糖	米ぬか油 米ぬか油
11 月	玄米ごはん ハッシュドポーク ★オムレット ビーンズサラダ	豚肉 (県) 鶏卵 (県) ベーコン、大豆 (県)		にんじん、トマト (町)、ピーマン キャベツ (県)、たまねぎ、マッシュルーム、しめじ、にんにく	たまねぎ、マッシュルーム、しめじ、にんにく	玄米ごはん (町) 米粉、砂糖、でんぷん、とうもろこし粉 でんぷん、砂糖 三温糖	米ぬか油、植物油、大豆油 植物油 オリーブ油、米ぬか油
12 火	サンドイッチロール 海鮮焼きそば 肉団子スープ フルーツ豆乳杏仁	豚肉 (県)、いか、ホタテ貝柱 鶏肉 豆乳		にんじん にんじん、チンゲン菜 (県)	キャベツ (県)、しょうが たまねぎ、たけのこ もも (産)、なつみかん (産)、リンナップル (産)	サンドイッチロール 焼きそば麺、三温糖 でんぷん、砂糖 三温糖	米ぬか油
13 水	ごはん キャベツ入りメンチカツ 鉄火みそ ★もずく汁	牛肉、豚肉、大豆 豚肉 (県)、大豆、はんぺん、赤みそ (県) かまぼこ	沖繩もずく	にんじん にんじん、みつば (県)	キャベツ (県)、たまねぎ こんにゃく、ごぼう、大根 (県) えのきたけ	ごはん (町) でんぷん、小麦粉、てんさい糖、とうもろこし粉 黒砂糖	植物油、米ぬか油 米ぬか油
14 木	玄米ごはん ★ビビンバ (肉炒め●卵) ★ほうれん草のりじゃこナムル はるさめスープ	豚肉 (県)、鶏卵 鶏肉、豚肉	しらす、きざみのり	にんにく、たけのこ ほうれんそう にんじん	にんにく、たけのこ もやし (県) しめじ、たまねぎ、ねぎ	玄米ごはん (町) 三温糖、タピオカでんぷん、砂糖 三温糖 はるさめ	ごま、ごま油、植物油 ごま油 米ぬか油
15 金	ごはん ★さばの八丁みそ煮 肉じゃが わかめときゅうりの酢の物	さば、豆みそ 豚肉 (県) チキンハム	わかめ			ごはん (町) てんさい糖 じゃがいも、砂糖 三温糖	
小学校メニュー	古代米赤飯 おろしハンバーグ しゃきしゃきれんこんサラダ 紅白つくね汁	鶏肉、豚肉、大豆 ベーコン えび、魚肉すり身、大豆	しらす、あおさ		たまねぎ、しょうが、にんにく、大根 (県)、ゆず果汁 れんこん、きゅうり (県)、とうもろこし、ゆず果汁	有機栽培米 (町)、もち米、赤米 でんぷん、三温糖 三温糖 でんぷん、てんさい糖	豚脂 米ぬか油、オリーブ油 豚脂
お祝いメニューの日	C いちごゼリー D お祝いクレープ E 紅白大福	豆乳			いちご いちご	砂糖 三温糖、米粉、水あめ、でんぷん 上新粉、砂糖、あずき	大豆油
中学校メニュー	わかめごはん おろしハンバーグ しゃきしゃきれんこんサラダ 紅白つくね汁	鶏肉、豚肉、大豆 ベーコン えび、魚肉すり身	しらす、あおさ		たまねぎ、しょうが、にんにく、大根 (県)、ゆず果汁 れんこん、きゅうり (県)、とうもろこし、ゆず果汁	わかめごはん (町) でんぷん、三温糖 三温糖 でんぷん、てんさい糖	豚脂 米ぬか油、オリーブ油 豚脂
19 火 応募献立の日	あいちの米粉パン わが家のトマト煮 ★ひじきサラダ	鶏肉 まぐろ油漬、大豆 (県)	ひじき	にんじん、トマト、ピーマン ほうれんそう	たまねぎ、にんにく キャベツ (県)、とうもろこし、ゆず果汁	あいちの米粉パン (県) じゃがいも、三温糖 三温糖	大豆油 米ぬか油、オリーブ油
小学校卒業式	★パンプキンスープ	ベーコン 生クリーム、牛乳		にんじん、かぼちゃ、パセリ	たまねぎ、マッシュルーム	小麦粉	
21 木 かみかみメニュー	白玉うどん カレー南蛮 米粉チキンカツ 福神ドレッシングサラダ ★味付き乾燥小魚	鶏肉、かまぼこ、油揚げ (県) 鶏肉		にんじん、有機小松菜 (町)、トマト、かぼちゃ なた豆、しそ	しょうが、たまねぎ、にんにく、ねぎ 大根、うり、なす、れんこん、きゅうり、しょうが、キャベツ	白玉うどん (県) 米粉、でんぷん、砂糖、さつまいも とうもろこしでんぷん、米粉、でんぷん、三温糖 てんさい糖、三温糖 砂糖、でんぷん	植物油 米ぬか油 米ぬか油

★印はカルシウムを多く含む献立です。(小)は小学校のみ(中)は中学校のみ提供されます。▲印は業者が配送・回収する食品です。△印は業者が配送する食品です。●印はクラスつけの食品です。◆印はアレルギーの代替食です。(県)は愛知県内でとれたものです。(町)は東郷町内でとれたものです。斜体の食材は東郷町が公費負担している食材です。
 <<都合により献立内容が変更したり、天候等により産地が変更したりする場合があります。>>

【献立について】

- 5日 中学校、18日小学校 卒業生の門出を祝って、卒業お祝いセレクトランチです。この日のご飯は古代米赤飯が出ます。桜色に染まったごはんを楽しんでください。
- 12日 「海鮮焼きそば」には、ホタテ貝柱が入ります。このホタテ貝柱は北海道産のもので、国の生産者応援事業により無償提供されるものを使用します。
- 21日 かみかみメニューの日です。「味付き乾燥小魚」をよく噛んで食べましょう。

【今月の応募献立について】

6日・19日「わが家のトマト煮」
 兵庫小学校 6年 小島 彩那さん
 トマトの風味がさっぱりとして、鶏肉、じゃがいも、野菜がとてもおいしく食べることができます。



卒業生の皆さんへ

中学校3年生の皆さんは、東郷町の給食ともお別れです。日々の給食から、どのようなことを感じ、学びましたか？ 食べることを大切にすることは、自分自身を大切にすることにつながります。給食から学んだことを生かし、健康で充実した毎日を送ってほしいと願っています。