


学校給食予定献立表

4月の給食目標 「給食の準備や片付けをしよう」

献立名	使用材料	グラム	き	あか	みどり	エネルギー (カロリー)	献立名	使用材料	グラム	き	あか	みどり	エネルギー (カロリー)
10日(水)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	12日(金)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	こめ	80	○			599	ぎゅうにゅう	こめ	80	○			537
ポークカレー	ぶたにく	30		○			ごはん	やさいふりかけ	1袋				
ライス	じゃがいも	35	○			小(高)	ごはん	ぶたにく	60		○		小(高)
	たまねぎ	45			○	673	ごはん	しょうが	1.5			○	612
	にんじん	15			○		やさいふりかけ	しょうゆ	5.5				
コールスロー	にんにく	0.3			○	中・高	さけ	3				中・高	
サラダ	しょうが	0.3			○	822	ぶたの	みりん	3				757
	あぶら	1	○				しょうがやき	あぶら	1	○			
いちごゼリー	カレールウ	16	○				わかめと	キャベツ	25			○	
	カレーこ	0.2					こまつなの	たまねぎ	50			○	
	ウスターソース	1					みそしる	にんじん	10			○	
	ケチャップ	1						さやいんげん	10			○	
	とりがらスープ							あぶら	1	○			
	キャベツ	35			○			しお	0.3				
	にんじん	10			○			こしょう	0.03				
	ホールコーン	8			○			わかめ	0.5		○		
	あぶら	2.4	○					うすあげ	5		○		
	りんごす	4.2						こまつな	10			○	
	しお	0.1						たまねぎ	15			○	
	こしょう	0.03						しめじ	5			○	
	さとう	1	○					みそ	8		○		
	いちごゼリー	1個	○					だしじる					
11日(木)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	15日(月)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	こめ	80	○			559	ぎゅうにゅう	こめ	80	○			533
そぼろどん	とりミンチ	60		○			ごはん	ぶたにく	50		○		
	だいののはな	5		○		小(高)	ごはん	じゃがいも	65	○			小(高)
	たまねぎ	50			○	638	ごはん	たまねぎ	40			○	606
けんちんじる	にんじん	15			○		にくじゃが	にんじん	15			○	
	さやいんげん	10			○	中・高	にくじゃが	いとこんにやく	15	○			中・高
	しょうが	1			○	792	ブロッコリーの	さやいんげん	10			○	748
	あぶら	1	○				おかかあえ	あぶら	1	○			
	さとう	3	○					しょうゆ	8				
	しょうゆ	6						さとう	4	○			
	さけ	2						さけ	2				
	みりん	2.5						みりん	3				
	かたくりこ	1						だしじる					
	とうふ	15		○				ブロッコリー	25			○	
	にんじん	8			○			キャベツ	20			○	
	しろねぎ	8			○			にんじん	10			○	
	ごぼう	10			○			はなかつお	0.4		○		
	さといも	25	○					しょうゆ	2.4				
	ほうれんそう	10			○			みりん	0.7				
	ほししいたけ	0.5			○								
	あぶら	1	○										
	うすくちしょうゆ	2											
	さけ・みりん・しお	1											
	だしじる・だしこんぶ												

**きゅうしょくのやくそくを
まもりましょう!**

- ★てをきれいにあらいましょう。
- ★マスク・エプロン・
さんかくきんなどを
かならずつけましょう。
- ★きゅうしょくまえは、しずかに
すわってまちましょう。
- ★よくかんでたべましょう。



給食がはじまりまりました！
今年度も、子どもたちが元気で学校生活がおくれるよう、安全・安心で子どもたちが楽しみにしてくれる、おいしい給食を作っていきたいと思っております。

4月の給食は、配膳時間の短縮、摂食介助の配慮、時間をかけすぎずに食べられるを目的に、品数を減らし、食べやすい献立にしています。

ご理解とご協力をお願いいたします。

(仕入材料等の都合により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。)

学校給食予定献立表



献立名	使用材料	グラム	き	あか	みどり	エネルギー (カロリー)	献立名	使用材料	グラム	き	あか	みどり	エネルギー (カロリー)
16日(火)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	18日(木)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	こめ	80	○			568	ぎゅうにゅう	こめ	80	○			538
ごはん	ぶたミンチ	30		○		小(高)	ごはん	ゆかり	1袋				小(高)
マーボー豆腐 (麻婆豆腐)	とうふ	60		○		647	ごはん	うどん	60	○			606
もやしとビーフンのスープ	たまねぎ	40			○	中・高	ゆかり	とりにく	20		○		742
	こまつな	10		○		804	きざみうどん	うすあげ	10		○		
	ほししいたけ	0.5		○			ぶたにくと	かまぼこ	10		○		
	しろねぎ	8		○			はくさいの	たまねぎ	15			○	
	にんにく・しょうが	0.5		○			いために	にんじん	8			○	
	あぶら	1	○					ほししいたけ	0.5			○	
	トウバンジャン							あおねぎ	3			○	
	あかみそ	6		○				うすくちしょうゆ	6			○	
	しょうゆ・さけ							みりん	1			○	
	さとう	2.5	○					だしじる				○	
	ごまあぶら	0.5	○					だしこんぶ				○	
	とりがらスープ							ぶたにく	25		○		
	かたくりこ	2						はくさい	20			○	
	とりにく	15		○				にんじん	10			○	
	もやし	15			○			たまねぎ	15			○	
	にんじん	8			○			あぶら	0.3	○		○	
	あおねぎ	3			○			さけ	1			○	
	ビーフン	10	○					さとう	2	○		○	
	わかめ	0.3		○				しょうゆ	4			○	
	うすくちしょうゆ・さけ							かたくりこ	0.5			○	
	とりがらスープ・しお・こしょう							だしじる				○	

17日(水)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	コッペパン	50	○			525
コッペパン	ブルーベリージャム	1袋	○			小(高)
ブルーベリージャム	ウインナー	30		○		613
はるやさいのポトフ	しんじゃがいも	45	○			中・高
ごぼうサラダ	はるキャベツ	25		○		742
	しんたまねぎ	25		○		
	にんじん	15		○		
	ブロッコリー	25		○		
	しろワイン	2		○		
	とりがらスープ					
	しお	0.1				
	こしょう	0.03				
	ツナ	8		○		
	ささがきごぼう	20		○		
	きゅうり	15		○		
	にんじん	8		○		
	エッグケアマヨネーズ	5	○			
	しょうゆ	2		○		
	さとう	1.5	○			
	すりごま	1	○			

学校給食について

学校給食は、「学校給食法」に基づき実施されるもので、栄養バランスのとれた食事を提供することにより、成長期にある子どもたちの健康の保持・増進を図るとともに、望ましい食習慣と食に関する実践力を身につけさせることなどを目的としています。

給食には、たくさんの学びが詰まっています……

- 栄養バランス
- 食品の種類や特徴
- 感謝の心
- 食料の生産・流通・消費
- ふるさとの食文化
- よりよい人間関係の形成
- 世界の食文化
- 食に関する知識・理解・関心
- 日本の伝統行事と行事食

めざせ！給食マスター

給食当番のお仕事編

- 身だしなみを整えましょう
- 協力して準備をしましょう
- 1人分を考えて丁寧に盛り付けましょう
- 机の上はきれいに片付けましょう
- 換気をして空気を入れ替えましょう
- 手をせっけんできれいに洗いましょう

当番以外の準備編

(仕入材料等の都合により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。)