

4月給食だより

令和6年度 4月
岩出市学校給食共同調理場

ご入学・ご進級おめでとうございます。新しい1年の始まりですね。みなさんには、給食で初めて食べるものや、苦手なものでもチャレンジしてもらえると、うれしいです。給食センターでも、おいしい給食を出せるよう調理員さんと協力しながら頑張っていきたいと思ひます。



～ 岩出市学校給食共同調理場の紹介 ～

野菜や果物は、新鮮でおいしい岩出市内、和歌山県でとれるものをできるだけ多く使えるように、業者と打ち合わせを行っています。(地産地消の推進)

お米は、和歌山県産を使用しています。パンの小麦は国産(北海道産)を使用しています。

《職員》

場長1名、栄養教諭2名

調理・配送業務については、「コック食品株式会社」に業務委託しています。

調理員 約33名(配送員含む)

《配送校》

小学校6校：岩出小学校・根来小学校・山崎小学校
山崎北小学校・上岩出小学校・中央小学校

中学校2校：岩出中学校・岩出第二中学校

《1日の食数》

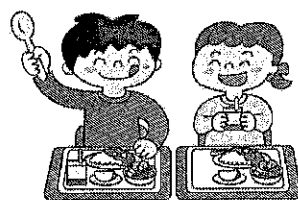
約4530食(小学校約3030食・中学校約1500食)

《給食形態》 ご飯給食 週3回 パン給食 週2回

ご飯は、小学校は和歌山市にあるライスセンターから、中学校は海南市にある

ジョイフルランチから配達してもらっています。

パンは、岩出市にあるマルトパン舗から、朝焼きのパンを配達してもらっています。



給食時間の過ごし方

学校給食は、準備から後片付けまでを含めた食事に関する活動を通して、さまざまなことを学ぶ時間です。みんなで協力して準備をし、食べる時間をしっかり確保するとともに、楽しい給食時間が過ごせるよう、一人ひとりがマナーを守ることも大切です。

給食の前には、必ず手を洗いましょう

上手な手洗い方法

- 1 手を水でぬらし、せっけんをつけて泡立てる
- 2 手のひら、手のこう、指の間、指先、手首を順に洗う
- 3 水でしっかりと洗い流す
- 4 清潔なハンカチやタオルでふく

給食当番は、身支度をきちんと整えましょう

- 髪の毛が出ないように、ぼうしをしっかりとかぶる
- マスクで鼻と口をおおう
- 清潔な給食着を身につける
- 爪は短く切っておき、手をきれいに洗う
- ※手にけがをしている人や、おなかの調子が悪い人は、担任の先生に知らせてください。

よい姿勢で食べましょう

- ご飯や汁物の入ったおわんは手に持つ
- 背筋をぴんと伸ばす
- ひじをつかない
- いすに深く腰かける
- 机と体の間は、こぶし1個分あける
- 足を床につける

! こんなことに気をつけましょう

- 口を閉じ、よくかんで食べる
- ふざけて笑わせるなど、友達が嫌がることをしない
- 時間内に食べ終わるようにする
- 食器は大切に扱う

※片付けのときはきちんと重ねましょう。

【4月の献立について】

4月の給食では、春の食材をたくさん使います。4/24(水)は、みそ汁に和歌山県でとれた「たけのこ」を入れます。その他、「春キャベツ」や「新玉ねぎ」などもたくさん使います。どちらも甘みが強く、やわらかいのが特徴です。料理によって冬キャベツと春キャベツ、ふつうの玉ねぎと新玉ねぎを使い分けず、食感や味の違いは、分かるでしょうか?



4月分予定献立表

4月使用予定の 市内産・県内産野菜と果物

クレソン、黒あわびだけ
玉ねぎ、キャベツ
小松菜、きゅうり



岩出市産の食材が使われて
いる日は、**そうへいちゃん**の
イラストをのせ、食材名を
太字にしています。

きれて
おいてね!



水	木	金		
<p>10</p> <p>○牛乳</p> <p>きんぴらそばうどん</p> <p>○ごはん ☆にんじん ○とりにく ☆きりぼしだいこん ○ぶたにく ☆しょうが ○だいにく しょうゆ ○たまご さけ ☆いんげん みりん ☆ごぼう さとう</p> <p>ツナのぼんずあえ</p> <p>○ツナ ○ごま ☆きゅうり ○ごまあぶら ☆たまねぎ ぼんず ☆えのきたけ さとう</p> <p>655kcal</p>	<p>11</p> <p>○牛乳</p> <p>○※げんりょうゆかりごはん</p> <p>わかやまラーメン</p> <p>○ちゅうかめん ☆コーン ○ぶたにく ☆もやし ○なると こしよ ○うずらたまご さけ ☆キャベツ しょうゆラーメンのもと ☆ねぎ とんにこラーメンのもと ☆にんじん</p> <p>○※しゅうまい(2こ)</p> <p>669kcal</p>	<p>12</p> <p>○牛乳</p> <p>○パン</p> <p>○※タルタルソース</p> <p>キャベツとソーセージのポトフ</p> <p>○ウインナー ☆えのきたけ ☆たまねぎ ○じゃがいも ☆キャベツ コンソメ ☆にんじん こしよ ☆だいこん</p> <p>○※しろみざかなフライ</p> <p>684kcal</p>		
<p>15</p> <p>○牛乳</p> <p>○ごはん</p> <p>○※かつおふりかけ</p> <p>にくじゃが</p> <p>○ぶたにく ○じゃがいも ☆にんじん しょうゆ ☆たまねぎ さとう ☆いんげん さけ ☆ごんにゃく みりん</p> <p>ちりめんキャベツ</p> <p>○ちりめんじゃこ ○ごまあぶら ☆キャベツ しょうゆ ☆ごまつな さとう ☆たくあん みりん</p> <p>665kcal</p>	<p>16</p> <p>○牛乳</p> <p>○ごくとうパン</p> <p>マセドアンスープ</p> <p>○ペーコン ☆いんげん ☆キャベツ ☆しめじ ☆たまねぎ ○じゃがいも ☆にんじん コンソメ ☆だいこん こしよ</p> <p>○※マヨたまカツ</p> <p>1ねんせいの きゅうしよが はじまります。</p> <p>654kcal</p>	<p>17</p> <p>○牛乳</p> <p>カレーライス</p> <p>○ごはん ○じゃがいも ○とりにく カレールウ ☆たまねぎ ウスターソース ☆にんじん コンソメ</p> <p>フルーツポンチ</p> <p>○ゼリー ☆みかん ○かんでん ☆パイナップル</p> <p>772kcal</p>	<p>18</p> <p>○牛乳</p> <p>○※ごもくごはん</p> <p>じゃがもちのみそしる</p> <p>○じゃがもち ☆ごまつな ○あぶらあげ ☆だいこん ☆たまねぎ ☆ごんにゃく ☆にんじん ○みそ ☆はくさい だしパック</p> <p>※とうふハンバーグ(わふうきのソース)</p> <p>○※とうふハンバーグ さとう ☆くろあわびだけ しょうゆ ☆えのきたけ さけ ☆たまねぎ みりん ☆しょうが かたくりこ</p> <p>626kcal</p>	
<p>22</p> <p>遠足予備日のため給食は ありません。</p> <p>お弁当の用意をお願いします。</p> <p>665kcal</p>	<p>23</p> <p>○牛乳</p> <p>○パン</p> <p>おおむぎいりやさいスープ</p> <p>○ペーコン ☆しめじ ☆キャベツ ○おおむぎ ☆たまねぎ ○じゃがいも ☆にんじん コンソメ ☆いんげん こしよ ☆コーン</p> <p>※やきウインナー(ビーンズソース)</p> <p>○※ウインナー ☆たまねぎ ○とりにく ☆トマト ○ぶたにく トマトピューレ ○だいにく ケチャップ ○しろいんげんまめ カレーこ</p> <p>629kcal</p>	<p>24</p> <p>○牛乳</p> <p>○ごはん</p> <p>○※あじつかり</p> <p>ぶたにくとたけのこのみそしる</p> <p>○ぶたにく ☆にんじん ○とうふ ☆クレソ ○あぶらあげ ☆キャベツ ○わかめ ○みそ ☆たけのこ だしパック ☆たまねぎ</p> <p>○※いわしのみそじれに</p> <p>603kcal</p>	<p>25</p> <p>○※ジョア</p> <p>ちゅうかどん</p> <p>○ごはん ☆チンゲンサイ ○ぶたにく ☆しいたけ ○いか ☆しょうが ○あつあげ ○ごまあぶら ☆にんじん しょうゆ ☆たまねぎ ちゅうかだし ☆はくさい こしよ ☆コーン かたくりこ</p> <p>※ちくわのおこのみあげ</p> <p>○※ちくわ こめぎこ ○あおのり おこのみやきソース ☆しょうが</p> <p>593kcal</p>	<p>26</p> <p>○牛乳</p> <p>○パン</p> <p>カレースパじる</p> <p>○とりにく コンソメ ☆たまねぎ こしよ ☆にんじん カレールウ ○じゃがいも トマトピューレ ○スパゲッティ キャロットラペ ○ツナ ○こめあぶら ☆にんじん しょうゆ ☆キャベツ さとう ☆きゅうり こしよ ☆レモン</p> <p>○※プリン</p> <p>678kcal</p>
<p>29</p> <p>しょうわ ひ 昭和の日</p> <p>665kcal</p>	<p>30</p> <p>○牛乳</p> <p>○パン</p> <p>やさいとにくだんごのスープ</p> <p>○にくだんご ☆しょうが ☆ごまつな ○じゃがいも ☆はくさい ○はるさめ ☆にんじん ○ごま ☆しめじ ○ごまあぶら ☆コーン ちゅうかだし</p> <p>とりにくのうめソース</p> <p>○とりにく みりん ☆うめ さとう さけ かたくりこ しょうゆ</p> <p>594kcal</p>			

遠足予備日のため給食は
ありません。

お弁当の用意をお願いします。

○牛乳

○パン

やさいとにくだんごのスープ

○にくだんご ☆しょうが
☆ごまつな ○じゃがいも
☆はくさい ○はるさめ
☆にんじん ○ごま
☆しめじ ○ごまあぶら
☆コーン ちゅうかだし

とりにくのうめソース

○とりにく みりん
☆うめ さとう
さけ かたくりこ
しょうゆ

594kcal

～ 保護者の方へ ～

「予定献立表」の見方
太字・下線入りが献立名、その下は使っている食品名です。



パンは、岩出市内
にあるマルトパン
舗から朝焼きのパン
を配達していただ
いています。

ご飯は、和歌山市
にあるライスセン
ターから配達して
いただいています。
学級ごとに米飯
容器に入ります。

12
○牛乳
○パン
○※タルタルソース
キャベツとソーセージのポトフ
○ウインナー ☆えのきたけ ☆たまねぎ ○じゃがいも ☆キャベツ コンソメ ☆にんじん こしよ ☆だいこん
○※しろみざかなフライ
684kcal

スプーンマークのある日
は、スプーンがつきます。

牛乳は、成分無調整の
もので、容量は200ml
です。発酵乳がつくこ
ともあります。

変わりご飯や、個数付
けしている加工食品に
は※マークをつけてい
ます。
※マークをつけている
加工品について、原材
料名をお知りになりた
い場合は、各学校へお
問い合わせください。

1食当たりのカロリー
を表示しています。

食物アレルギーのため、詳しい内容
が必要な場合は、『アレルギー表』で
確認してください。

給食センター・パン工場・米飯工場
では、コンタミネーションの可能性が
あります。

ご了承ください。



給食で、初めて食べる食材があるなど、
気になることがある場合、また、食材が
原因によるアレルギー症状や嘔吐などが
ある場合は、事前に学校へお知らせくだ
さい。

○・・き (ねつやちからのものになる) ○・・あか (ち、にく、ほねをつくる) ☆・・みどり (からだのちょうしをととのえる)

* 材料の都合により、献立を変更する場合があります。
* 4月分の給食費引落しは、5月10日(金)になりますので、よろしくお願ひします。
* 未納の方については、和歌山簡易裁判所に支払督促申立を行いますので、ご注意ください。

日	曜	献立名	
10	水	金平そばろ丼 ツナのぼん酢あえ	牛乳 金平そばろ丼[鶏 豚 大豆肉(大豆) 炒り卵(卵 大豆) 調味料(小麦 大豆)] ツナのぼん酢あえ[ごま 調味料(小麦 大豆 ごま)]
11	木	減量ゆかりごはん 和歌山ラーメン しゅうまい(2個)	牛乳 減量ゆかりごはん(無) 和歌山ラーメン(中華麺(小麦) 豚 なんと(卵) うずら卵(卵) 調味料(小麦 大豆 豚 鶏 ごま)] しゅうまい(小麦 卵 えび かに ゼラチン 大豆 鶏 豚)
12	金	パン タルタルソース キャベツとソーセージのポトフ 白身魚フライ	牛乳 パン(小麦) タルタルソース(卵 りんご) キャベツとソーセージのポトフ[ウインナー(豚) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] 白身魚フライ(小麦 大豆)
15	月	ごはん かつおふりかけ 肉じゃが ちりめんキャベツ	牛乳 かつおふりかけ(ごま 卵 小麦 大豆) 肉じゃが[豚 調味料(小麦 大豆)] ちりめんキャベツ[たくあん(小麦) 調味料(小麦 大豆 ごま)]
16	火	黒糖パン マセドアンスープ マヨたまカツ	牛乳 黒糖パン(小麦) マセドアンスープ[ベーコン(卵 乳 豚 大豆) 鶏 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] マヨたまカツ(卵 乳 小麦 大豆 鶏 豚 りんご ゼラチン)
17	水	カレーライス フルーツポンチ	牛乳 カレーライス[鶏 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] フルーツポンチ(無)
18	木	五目ごはん じゃがもちのみそ汁 豆腐ハンバーグ(和風きのこソース)	牛乳 五目ごはん(小麦 大豆 鶏) じゃがもちのみそ汁[油揚げ(大豆) 調味料(大豆 さば)] 豆腐ハンバーグ(和風きのこソース)[豆腐ハンバーグ(小麦 卵 大豆 鶏 豚) 調味料(小麦 大豆)]
19	金	遠足のため給食はありません。 お弁当の用意をお願いします。	
22	月	遠足予備日のため給食はありません。 お弁当の用意をお願いします。	
23	火	パン 大麦入り春野菜スープ 焼きウインナー(ビーンズソース)	牛乳 パン(小麦) 大麦入り野菜スープ[ベーコン(卵 乳 豚 大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] 焼きウインナー(ビーンズソース)[ウインナー(鶏) 鶏 豚 大豆]
24	水	ごはん 味付けのり 豚肉とたけのこのみそ汁 いわしのみぞれ煮	牛乳 味付けのり(大豆) 豚肉とたけのこのみそ汁[豚 豆腐(大豆) 油揚げ(大豆) 調味料(大豆 さば)] いわしのみぞれ煮(小麦 大豆 さば)
25	木	中華丼 ちくわのお好み揚げ	ジョア 中華丼[豚 いか 厚揚げ(大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 ごま)] ジョア(乳) ちくわのお好み揚げ[小麦 調味料(もも りんご 大豆 小麦 鶏 豚)]
26	金	パン カレースパ汁 キャロットラペ プリン	牛乳 パン(小麦) カレースパ汁[スパゲッティ(小麦) 鶏 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] キャロットラペ[調味料(小麦 大豆)] プリン(大豆)
30	火	パン 野菜と肉団子のスープ 鶏肉の梅ソース	牛乳 パン(小麦) 野菜と肉団子のスープ[肉団子(鶏 豚 大豆) ごま 調味料(小麦 大豆 鶏 ごま)] 鶏肉の梅ソース[鶏 調味料(小麦 大豆)]

アレルギー物質を含む食品の表示(対象原材料28品目)を基本に表示しています。

卵 乳 小麦 そば 落花生 えび かに あわび いか いくら オレンジ キウイ 牛肉 くるみ アーモンド
さけ さば 大豆 鶏肉 豚肉 まつたけ もも やまいも りんご ゼラチン パナナ ごま カシューナッツ

* 牛乳は、アレルギー物質ですが常時使用していますので、表示をしていません。

* (無)・・・対象原材料28品目が食品に含まれていないことを意味します。

* コンタミネーション(原材料としては使用されていなくても、製造工程で混入するおそれがある場合や、わかめ等の海藻類に混入している場合等)については記載しておりません。

* 一部 商品名を載せています。