

# 4月分予定献立表

月	火	水	木	金
	11 牛乳	12 牛乳	13 牛乳	14 牛乳
<p>食物アレルギーのため、詳しい内容が必要な場合『アレルギー表』で確認してください。</p> <p>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ります。</p> <p>ご了承ください。</p>	<p><b>スタミナぶたどん</b></p> <p>ごはん さとう ぶたにく さけ たまねぎ しょうゆ えだまめ オイスターソース にんにく みりん こんにやく</p> <p><b>こまつなのおかじゃこあえ</b></p> <p>ちりめんじゃこ ☆にんじん かつおぶし しょうゆ こまつな さとう キャベツ</p> <p>しんねんどスター！ スタミナつけよう</p> <p>612kcal</p>	<p><b>ごはん</b></p> <p><b>くろマーボーどうふ</b></p> <p>ぎゅうにく くろごま ぶたにく みそ とうふ さとう たまねぎ しょうゆ ねぎ トウバンジャン にんじん かたくりこ にんにく しょうゆ こんにやく さけ くろしroy しょうゆ</p> <p>※きょうざ(2こ)</p> <p>687kcal</p>	<p><b>パン</b></p> <p>※マーシャルピンス <b>はるキャベツのスープ</b></p> <p>どりにく ☆セロリ キャベツ □じゃがいも たまねぎ コンソメ にんじん こしょう しめじ しお アスパラガス</p> <p>※たらフライ(オーロラソース)</p> <p>※たらフライ ☆レモン あかピーマン ☆こなチーズ きピーマン ○ヨーグルト たまねぎ □マヨネーズ(らうドレッシング) にんにく ケチャップ</p> <p>756kcal</p>	<p><b>ごはん</b></p> <p><b>ぶたじる</b></p> <p>ぶたにく ☆ねぎ とうふ □こんにやく あぶらあげ ☆じゃがいも はくさい ○みそ にんじん だしパック ☆ごぼろ</p> <p>※ごもくあつやきたまご</p> <p>※べビーチーズ</p> <p>615kcal</p>
17 牛乳	18 牛乳	19 牛乳	20 牛乳	21 牛乳
<p><b>パン</b></p> <p><b>ポトフ</b></p> <p>ウインナー ☆チンゲンサイ たまねぎ ☆しめじ キャベツ □じゃがいも にんじん コンソメ</p> <p>※たごナゲット(2こ)</p> <p>1ねんせいのきゆうしよくが はじまります！</p> <p>入學式</p> <p>680kcal</p>	<p><b>カレーライス</b></p> <p>ごはん □じゃがいも ぶたにく 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><b>フルーツポンチ</b></p> <p>かんでん ☆もも パン □ゼリー みかん</p> <p>たべるまえに てをしっかりとあらおう！</p> <p>701kcal</p>	<p><b>ごはん</b></p> <p><b>わかめとたまねぎのみそ汁</b></p> <p>わかめ □じゃがいも あぶらあげ ○みそ たまねぎ だしパック にんじん</p> <p><b>とりのからあげ(2こ)</b></p> <p>どりにく □こむぎこ からあげ</p> <p>620kcal</p>	<p><b>パン</b></p> <p><b>はるキャベツのクリームシチュー</b></p> <p>どりにく ○ぎゅうにゅう キャベツ ○なまクリーム にんじん ○こぼろチーズ たまねぎ コンソメ コーン シチュールフ しめじ さけ</p> <p>☆クレパン</p> <p>☆さわらのガーリックマトソースがけ</p> <p>さわら しroyフイン たまねぎ コンソメ トマト さとう バジル しょうゆ オリーブゆ ガーリック</p> <p>702kcal</p>	<p><b>ひじきいりさけそばうどん</b></p> <p>ごはん ☆にんじん ぶたにく ☆いんげん どりにく ☆しょうが さけ しょうゆ ひじき さけ こうやどうふ みりん だいずミート さとう</p> <p><b>もやしのいそかあえ</b></p> <p>のり □こま ☆こまつな さとう ☆にんじん しょうゆ ☆ちやん みりん</p> <p>654kcal</p>
24 牛乳	25 牛乳	26 牛乳	27 牛乳	28 牛乳
<p><b>パン</b></p> <p><b>やきそば</b></p> <p>やきそばめん ☆たまねぎ ぶたにく ☆にんじん ちくわ さけ キャベツ</p> <p><b>ビーンズサラダ</b></p> <p>ツナ ☆コーン ミックスビーンズ ☆あかピーマン アスパラガス □ごまドレッシング</p> <p>714kcal</p>	<p><b>ごはん</b></p> <p><b>はるさめスープ</b></p> <p>どりにく □はるさめ たまねぎ さけ キャベツ ちゅうかだし にんじん がらスープ ☆こまつな</p> <p><b>とりにくのちゅうかごまソースがけ</b></p> <p>どりにく さけ しょうが トウバンジャン ねぎ しょうゆ ごま さとう ごまあぶら しお みそ す</p> <p>※とうにゅうプリン</p> <p>667kcal</p>	<p><b>ごはん</b></p> <p><b>ABCマカロニスープ</b></p> <p>ベーコン ☆にんじん マカロニ ☆チンゲンサイ キャベツ コンソメ たまねぎ こしょう</p> <p>※はながたとうふハンバーグ(やさいソース)</p> <p>※とうふハンバーグ しょうゆ たまねぎ さとう にんじん みりん ☆えだまめ うめず うめ かたくりこ</p> <p>596kcal</p>	<p><b>パン</b></p> <p>※いちごミックスジャム</p> <p><b>とうにゅうコーンスープ</b></p> <p>ベーコン □じゃがいも たまねぎ とうにゅう いんげん コンソメ コーン コーンクリームスープ</p> <p>☆コーンクリーム</p> <p>※オムレツ(ビーンズソース)</p> <p>オムレツ さけ ぶたにく さとう だいず しょうゆ みそ ケチャップ オリーブゆ コンソメ トマトピューレ</p> <p>692kcal</p>	<p>さかなのほねに ちゅういしましroy</p> <p>※ジョア</p> <p><b>にくじゃが</b></p> <p>ぶたにく □じゃがいも たまねぎ しょうゆ にんじん さとう いんげん さけ こんにやく みりん</p> <p><b>さばのたつたあげ</b></p> <p>さば ガーリック しょうが さけ しょうゆ みりん かたくりこ こしょう</p> <p>751kcal</p>

## 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。

## 栄養管理と献立作成

「学校給食摂取基準」に基づき、栄養士が献立を作成しています。「学校給食摂取基準」では、1日に必要な栄養量の3分の1程度を目安に、カルシウムは2分の1など、家庭での食事で不足しがちな栄養素を補えるように基準値が定められています。

【主食・主菜・副菜・汁物・牛乳】の組み合わせを基本に、さまざまな食品や調理法をとり入れ、行事食、郷土料理、外国の料理など、バラエティーに富んだ献立を実施します。

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。

給食センター

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。

12  
牛乳

**ごはん**

**くろマーボーどうふ**

ぎゅうにく □ごま  
ぶたにく ○みそ  
とうふ さとう  
たまねぎ いくちしょうゆ  
にんじん トウバンジャン  
にんにく かたくりこ  
にんにく こしょう  
しょうゆ さけ  
くろあびたけ

※きょうざ(2こ)

687kcal

### 学校給食の目標

※「学校給食法」第2条より抜粋・要約

- 適切な栄養の摂取による健康の保持増進。
- 食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営む判断力や望ましい食習慣を養う。
- 明るい社会性と協同の精神を養う。
- 自然の恩恵への理解を深め、生命、自然を尊重する精神や環境の保全に寄与する態度を養う。
- 食生活が多くなるとともに、伝統的な食文化を理解する。
- 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。

岩出市産野菜などが使われている白には、**そうへいちゃん**のイラストをのせています。

※太字になっている野菜などが岩出市産のもの。

□・・・き (ねつやちからのもとになる)    ○・・・あか (ち、にく、ほねをつくる)    ☆・・・みどり (からだのちroy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月分の給食費引き落としは、5月10日(水)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。