

4月分予定献立表

山北上央
岩出市学校給食共同調理場4月使用予定の
市内産・県内産野菜と果物クレソン、黒あわびたけ
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。

木		金	
10 ○牛乳		11 ○牛乳	
ちゅうかどん ☐ ごはん ☆とうもろこし ☐ ふたにく ☆しょうが ☐ いか ☆ くろあわびたけ ☐ あつあげ □ごまあぶら ☐ はくさい しょうゆ ☐ たまねぎ ちゅうかだし ☐ にんじん かたくりこ ☐ チンゲンサイ こしょう ○※しゅうまい(2こ)		ミネストローネ ☐ ベーコン □マカロニ ☐ たまねぎ □オリーブ油 ☐ トマト トマトピューレー ☐ にんじん コンソメ ☐ じゃがいも こしょう ○※しろみざかなフライ	
621kcal		610kcal	
17 ○牛乳		18 ○牛乳	
カレーライス ☐ ごはん ☆にんじん ☐ ふたにく □じゃがいも ☐ たまねぎ カレールウ だいこんツナサラダ ☐ ツナ しょうゆ ☐ だいこん しお ☐ ごまつな さとう 入學・進級 おめでとう		マセドンスープ ☐ とうもろこし ☆いんげん ☐ たまねぎ ☆しめじ ☐ だいこん □じゃがいも ☐ にんじん コンソメ ☐ じゃがいも こしょう ※ハンバーグ(デミグラスソース) ☐ ※ハンバーグ ケチャップ ☐ たまねぎ あかワイン ☐ にんじん ウスターソース ☐ デミグラスソース さとう	
621kcal		579kcal	
24 ○牛乳		25 ○牛乳	
☐ ごはん ○※ひじきのり ☐ ふたにく □じゃがいも ☐ たまねぎ しょうゆ ☐ にんじん さとう ☐ いんげん ざけ ☐ こんにゃく みりん ごまマヨネーズあえ ☐ ちりめんじゃこ □たまごしほマヨネーズ ☐ だいこん しょうゆ ☐ にんじん す ☐ ごま		ABCマカロニスープ ☐ ベーコン ☆にんじん ☐ キャベツ □マカロニ ☐ だいこん コンソメ ☐ たまねぎ こしょう ☐ ごまつな とりにくのトマトソースかけ ☐ とりにく ケチャップ ☐ ざけ トマトピューレー ☐ たまねぎ ウスターソース ☐ にんじん さとう ☐ トマト こしょう	
587kcal		595kcal	

～ 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。

10 ○牛乳	
ちゅうかどん ☐ ごはん ☆とうもろこし ☐ ふたにく ☆しょうが ☐ いか ☆ くろあわびたけ ☐ あつあげ □ごまあぶら ☐ はくさい しょうゆ ☐ たまねぎ ちゅうかだし ☐ にんじん かたくりこ ☐ チンゲンサイ こしょう ○※しゅうまい(2こ)	
621kcal	

スプーンマークのある日は、スプーンがつきます。スプーンがない日はおはしを持ってきてください。(スプーンだけでは食べにくい人は毎日おはしを持って来て良いです。)

牛乳は、成分無調整のもので、容量は200mlです。発酵乳(ジョア)がつくこともあります。

1食当たりのカロリーを表示しています。



月	火	水
14 ○※ジョア	15 ○牛乳	16 ○牛乳
☐ ごはん ふたにくとあつあげのみそに ☐ ふたにく ☆しいたけ ☐ あつあげ ☆こんにゃく ☐ たまねぎ みそ ☐ にんじん さとう ☐ ごぼう しょうゆ ☐ いんげん □こめあぶら じゃこあえ ☐ ちりめんじゃこ しょうゆ ☐ だいこん さとう ☐ キャベツ □ごまあぶら ☐ す	☐ パン おおむぎいりはるやさいスープ ☐ ベーコン ☆とうもろこし ☐ キャベツ □じゃがいも ☐ たまねぎ □おおむぎ ☐ にんじん コンソメ ☐ ごまつな こしょう ☐ しめじ たらレモンソースかけ ☐ たら さとう ☐ かたくりこ ざけ ☐ しょうゆ みりん ☐ レモン	☐ ごはん のりふくろに、おいのいのきもちをこめました。 ☐ ※あじつけのり ふたにくとたけのこのみそしる ☐ ふたにく ☆たけのこ ☐ とうもろこし ☆にんじん ☐ あぶらあげ ☆ クレソン ☐ わかめ □みそ ☐ たまねぎ だしパック ☐ キャベツ ☐ ※まぐろカツ 1ねんせいのきゅうしよくがはじまります。
562kcal	595kcal	594kcal
21 ○※ジョア	22 ○牛乳	23 ○牛乳
きんぴらそばうどん ☐ ごはん ☆いんげん ☐ とりにく ☆きりぼしだいこん ☐ ふたにく ☆しょうが ☐ たまねぎ しょうゆ ☐ だいこん さとう ☐ にんじん ざけ ☐ ごぼう みりん すのものの ☐ ちりめんじゃこ す ☐ わかめ さとう ☐ キャベツ しょうゆ ☐ きゅうり しお ☐ ごま	☐ パン とうにゅうコーンポタージュ ☐ ベーコン □じゃがいも ☐ たまねぎ □とうにゅう ☐ にんじん コーンクリーム ☐ とうもろこし コーンポタージュのち ☐ いんげん コンソメ ☐ ※いかドーナツフライ(2こ)	☐ ごはん けんちんじる ☐ とりにく □さといも ☐ とうもろこし □ごまあぶら ☐ だいこん しょうゆ ☐ にんじん ざけ ☐ ごぼう しお ☐ しんじけ だしパック ☐ こんにゃく かたくりこ ☐ ※わふうにくだんご(2こ)
605kcal	575kcal	565kcal
28 ○牛乳	29 しょうわひ 昭和の日	30 ○※ジョア
☐ ごはん はるキャベツとあつあげのみそしる ☐ あつあげ ☆えのきだけ ☐ わかめ ☆こんにゃく ☐ たまねぎ □じゃがいも ☐ キャベツ □みそ ☐ にんじん だしパック ☐ キャベツ ☐ さばのしおやき	☐ しょうわひ 昭和の日 	☐ ごはん ぶたどん ☐ ごはん ☆しょうが ☐ ふたにく ☆こんにゃく ☐ たまねぎ □ふ ☐ えのきだけ しょうゆ ☐ にんじん さとう ☐ いんげん ざけ ☐ ねぎ みりん ちりめんキャベツ ☐ ちりめんじゃこ □ごまあぶら ☐ キャベツ しょうゆ ☐ ごまつな みりん ☐ たくあん さとう
600kcal		550kcal

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。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。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。

□・・き (ねつやちからのもとなる)

○・・あか (ち、にく、ほねをつくる)

☆・・みどり (からだのちょうしをとのえる)

* 材料の割合により、献立を変更する場合があります。

令和7年度

4 月分アレルギー表

山北上央

岩出市学校給食共同調理場

日	曜	献立名	
10	木	中華丼 しゅうまい(2個)	牛乳 中華丼[豚 いか 厚揚げ(大豆) 調味料(ごま 大豆 小麦 鶏)] しゅうまい(小麦 卵 えび かに ゼラチン 大豆 鶏 豚)
11	金	パン ミネストローネ 白身魚フライ	牛乳 パン(小麦) ミネストローネ[ベーコン(卵 乳 大豆 豚) マカロニ(小麦) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] 白身魚フライ(小麦 大豆)
14	月	ごはん 豚肉と厚揚げのみそ煮 じゃこ和え	ジョア ジョア(乳) 豚肉と厚揚げのみそ煮[豚 厚揚げ(大豆) 調味料(大豆 小麦)] じゃこ和え[調味料(小麦 大豆 ごま)]
15	火	パン 大麦入り春野菜スープ たらのレモンソースかけ	牛乳 パン(小麦) 大麦入り春野菜スープ[ベーコン(卵 乳 大豆 豚) 調味料(大豆 小麦 鶏 豚)] たらのレモンソースかけ[調味料(小麦 大豆)]
16	水	ごはん 味付けのり(お祝い絵柄) 豚肉とたけのこのみそ汁 まぐろカツ	牛乳 味付けのり(無) 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)] まぐろカツ(大豆 小麦 豚)
17	木	カレーライス 大根ツナサラダ	牛乳 カレーライス[鶏 調味料(小麦 大豆 鶏)] 大根ツナサラダ[調味料(小麦 大豆)]
18	金	パン マセドアンスープ ハンバーグ(デミグラスソース)	牛乳 パン(小麦) マセドアンスープ[ベーコン(卵 乳 大豆 豚) 鶏 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] ハンバーグ(デミグラスソース)[ハンバーグ(鶏 豚 大豆) 調味料(小麦 大豆 牛 豚)]
21	月	金平そぼろ丼 酢の物	ジョア 金平そぼろ丼[鶏 豚 大豆肉(大豆) 卵(卵 小麦 大豆) 調味料(小麦 大豆)] 酢の物[ごま 調味料(小麦 大豆)]
22	火	パン 豆乳コーンポタージュ いかドーナツフライ(2個)	牛乳 パン(小麦) 豆乳コーンポタージュ[ベーコン(卵 乳 大豆 豚) 豆乳(大豆) 調味料(乳 小麦 鶏 大豆 豚)] いかドーナツフライ(小麦 卵 乳 いか 大豆)
23	水	ごはん けんちん汁 和風肉団子(2個)	牛乳 けんちん汁[鶏 豆腐(大豆) 調味料(ごま 大豆 小麦 さば)] 和風肉団子(鶏 豚 大豆)
24	木	ごはん ひじきのり 肉じゃが ごまマヨネーズ和え	牛乳 ひじきのり(小麦 大豆) 肉じゃが[豚 調味料(大豆 小麦)] ごまマヨネーズ和え[ごま 調味料(大豆 小麦)]
25	金	パン ABCマカロニスープ 鶏肉のトマトソースかけ	牛乳 パン(小麦) ABCマカロニスープ[ベーコン(卵 乳 大豆 豚) マカロニ(小麦) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] 鶏肉のトマトソースかけ(鶏)
28	月	ごはん 春キャベツと厚揚げのみそ汁 さばの塩焼き	牛乳 春キャベツと厚揚げのみそ汁[厚揚げ(大豆) 調味料(大豆 さば)] さばの塩焼き(さば)
30	水	豚丼 ちりめんキャベツ	ジョア 豚丼[豚 麩(小麦) 調味料(小麦 大豆)] ジョア(乳) ちりめんキャベツ[たくあん(小麦) 調味料(ごま 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。

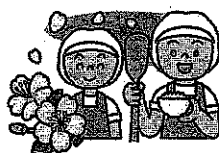
* コンタミネーション(原材料としては使用されていなくても、製造工程で混入するおそれがある場合や、わかめ等の海藻類に混入している場合等)については記載しておりません。

* 一部 商品名を載せています。

4月給食たより

令和7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。
みなさんの成長の助けとなる、楽しい学校生活の一部となる給食を目指して
がんばっていききたいと思います。食べ慣れないもの、苦手なものもあるかも
しれませんが、少しずつでも挑戦してくれるとうれしいです！



～ 岩出市学校給食共同調理場の紹介 ～

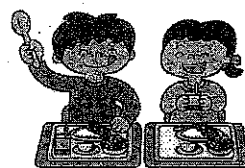
野菜や果物は、新鮮でおいしい岩出市内、和歌山県でとれるものをできるだけ多く使える
ように、業者と情報共有しています。(地産地消の推進)
お米は、和歌山県産を使用しています。パンの小麦は国産(北海道産)を使用しています。

《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・配送員 約38名(一部交代勤務)

《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4380食(小学校 約2960食・中学校 約1420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。

【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。和歌山県でとれた
「たけのこ」を使ったみそ汁の他、「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。料理によって春キャベツと
春キャベツ、ふつうの玉ねぎと新玉ねぎを使い分けます。食感や味の違いを楽しんでください！

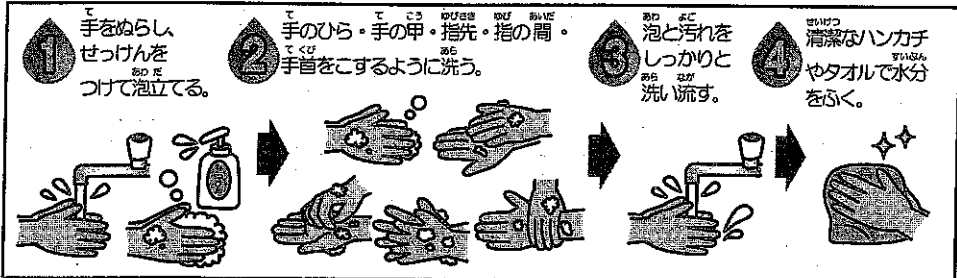


給食時間の過ごし方

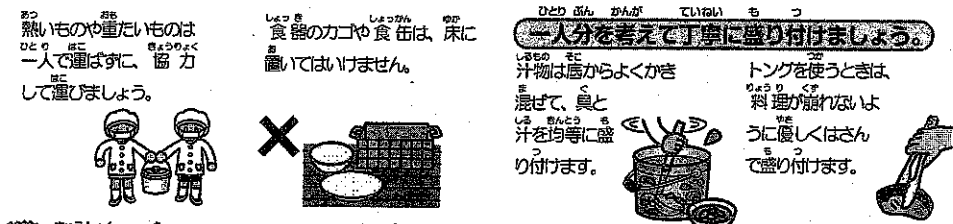
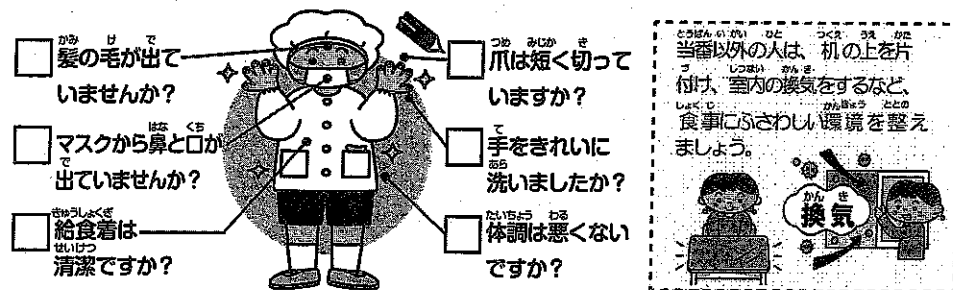
全員が安心して、楽しく給食を食べられるよう、一人一人が安全や衛生に気をつけ
ることが大切です。また、給食は決められた時間内に食べ終わることはなりませんので、
食べるための時間をしっかり確保できるように、協力して準備を行いましょう。



給食の前に、必ず手をきれいに洗いましょう。



給食当番の人は身支度をしっかり整え、協力して準備をしましょう。



給食を食べるときは、以下のことに気をつけましょう。

