

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	15 ○牛乳
ごはん ※さけふりかけ はるやさいのみそしる ★はるキャベツ ★たけのこ ★たまねぎ ○じゃがいも ★にんじん とりのからあげ(2こ) ○とりにく さけ	パン はるキャベツのスープ ○とりにく ★はるキャベツ ★たまねぎ ○じゃがいも ★にんじん ★しめじ ※やきウインナー(ビーンズソース) ○ウインナー ★たまねぎ ○だいず ★トマト	ごはん ※ミルクココア あつあげとツナのひじきに ○あつあげ ○ツナ ○ひじき ★にんじん ★いんげん ★たまねぎ ※はるまき	ごはん にくじゃが ○ぶたにく ○じゃがいも ★にんじん ★たまねぎ ★いんげん こんにゃくとかいそうのサラダ ○かいそう ★きゅうり ★コーン	パン おむぎいりミネストローネ ○おむぎ ○ベーコン ★にんじん ★はるキャベツ ★たまねぎ ★コーン ○マカロニ ※マヨたまサラダロール 1ねんせいのきゅうりしよ くがスタートします
624kcal	632kcal	758kcal	602kcal	732kcal
18 ○牛乳	19 ○牛乳	20 ○牛乳	21 春の遠足 のため 給食は ありません	22 遠足予備日 のため 給食は ありません
カレーライス ○ごはん ○ぶたにく ○じゃがいも ★たまねぎ はなやさいサラダ ★ブロッコリー ★コーン ※ドレッシングクラス1ぼん	こくとうパン にくだんごとキャベツのスープに ○にくだんご ★キャベツ ★にんじん ★いんげん ※ハムソテー(ケチャップソース) ○※ハム ケチャップ トマトピューレ	ごはん ぶたじる ○ぶたにく ★はくさい ★にんじん ★ごぼう ★こんにゃく ★ねぎ ※サワラのさいきょうやき		
702kcal	646kcal	599kcal		
25 ○牛乳	26 ○牛乳	27 ○※ジョア	28 ○牛乳	29 昭和の日 昭和三十九年 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。 給食センター・パン工場・米飯工場でコンタミネーションの可能性がります。 ご了承ください。
ごはん マーボー豆腐 ○とりにく ○ぶたにく ○豆腐 ★しょうが ★たまねぎ ★ねぎ ★にんじん ○※しゅうまい(2こ) ○※プリン	げんりょうパン やきそば ○やきそばめん ○ぶたにく ○ちくわ ★キャベツ フルーツポンチ ○ゼリー ○かんてん ★パイ	ひじきりりほろどん ○ごはん ○とりにく ○ぶたにく ○たまご ○ひじき ○こうや豆腐 ★いんげん きりほしだいこんのすのもの ★きりほしだいこん ★きゅうり ○わかめ ○じゃこ ○ごま	ごはん ※たまごふりかけ こまつなとじゃがいものみそしる ○じゃがいも ★こまつな ○あぶらあげ ★にんじん ★えのき ○さばのしおやき	
770kcal	646kcal	626kcal	639kcal	

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。

栄養士が献立を作成しています

「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取り入れ、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。

15 ○牛乳	
パン	
おむぎいりミネストローネ	
○おむぎ	★クレソン
○ベーコン	★トマト
★にんじん	ケチャップ
★はるキャベツ	さとう
★たまねぎ	コンソメ
★コーン	こしょう
○マカロニ	
※マヨたまサラダロール	
732kcal	

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。

栄養士が献立を作成しています

- 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。
- 食生活が多くなつたことへの理解を深め、感謝すること。
- 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。

○・・き (ねつやちからのもとなる) ○・・あか (ち、にく、ほねをつくる)

* 材料の割合により、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(火)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	
11 月	ごはん さけふりかけ 牛乳 春野菜のみそ汁 鶏のから揚げ(2個)	さけふりかけ(小麦 ごま 乳 さけ 大豆) 春野菜のみそ汁[豆腐(大豆) 油揚げ(大豆) 調味料(大豆 さば)] 鶏のから揚げ[鶏 調味料(小麦 大豆)]
12 火	パン 牛乳 春キャベツのスープ 焼きウインナー(ビーンズソース)	パン(小麦) 春キャベツのスープ[鶏 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] 焼きウインナー[ウインナー(鶏) 大豆]
13 水	ごはん ミルメークココア 牛乳 厚揚げとツナのひじき煮 春巻	ミルメークココア(大豆) 厚揚げとツナのひじき煮[厚揚げ(大豆)調味料(大豆 小麦 さば)] 春巻(えび 小麦 乳 ごま 大豆 豚)
14 木	ごはん 牛乳 肉じゃが こんにやくと海藻のサラダ	肉じゃが[豚 調味料(小麦 大豆)] こんにやくと海藻のサラダ[調味料(小麦 大豆)]
15 金	パン 牛乳 大麦入りミネストローネ マヨたまサラダロール	パン(小麦) 大麦入りミネストローネ[ベーコン(卵 乳 豚 大豆) マカロニ(小麦) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] マヨたまサラダロール(豚 鶏 大豆 卵 乳 りんご ゼラチン 小麦)
18 月	ごはん 牛乳 カレーライス 花野菜サラダ(ドレッシンググラス1本)	カレーライス[豚 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] 花野菜サラダ[ハム(卵 乳 豚 大豆)] ドレッシング(ごま 大豆)
19 火	黒糖パン 牛乳 肉団子とキャベツのスープ煮 ハムソテー(トマトソース)	黒糖パン(小麦) 肉団子とキャベツのスープ煮[肉団子(大豆 鶏 豚) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚 ごま)] ハムソテー[ハム(鶏 豚) 調味料(小麦 大豆)]
20 水	ごはん 牛乳 豚汁 サワラの西京焼き	豚汁[豚 豆腐(大豆) 油揚げ(大豆) 調味料(大豆 さば)] サワラの西京焼き(大豆 小麦 さば)
21 木	春の遠足のため 給食はありません	
22 金	遠足予備日のため 給食はありません	
25 月	ごはん 牛乳 マーボー豆腐 しゅうまい(2個) プリン	マーボー豆腐[鶏 豚 豆腐(大豆) 調味料(大豆 小麦)] しゅうまい(小麦 卵 乳 ごま 大豆 鶏 豚) プリン(大豆)
26 火	減量パン 牛乳 焼きそば フルーツポンチ	パン(小麦) 焼きそば[焼きそば麺(小麦 大豆 鶏 豚 もも りんご) 豚] フルーツポンチ[ゼリー(りんご) もも]
27 水	ごはん ジョア ひじき入りそぼろ丼 切干し大根の酢の物	ジョア(乳) ひじき入りそぼろ丼[鶏 豚 卵 高野豆腐(大豆) 調味料(大豆 小麦)] 切干し大根の酢の物[ごま 調味料(大豆 小麦)]
28 木	ごはん たまごふりかけ 牛乳 小松菜とじゃがいものみそ汁 さばの塩焼き	たまごふりかけ(ごま 小麦 大豆 乳 卵) 小松菜とじゃがいものみそ汁[油揚げ(大豆) 麩(小麦) 調味料(大豆 さば)] さばの塩焼き(さば)

アレルギー物質を含む食品の表示(対象原材料27品目)を基本に表示しています。

卵 乳 小麦 そば 落花生 あわび いか いくら えび オレンジ かに キウイ 牛肉 くるみ

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 バナナ 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27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。