

# 4月給食たより

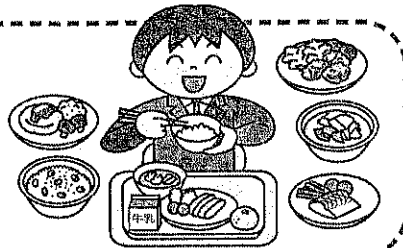
令和8年度 4月  
岩出市学校給食共同調理場

## ご入学・ご進級おめでとうございます

春のやわらかな日差しが心地よい季節となりました。今年度も、毎日の給食時間が心待ちになるような、おいしく魅力ある給食づくりに努めていきたいと思っております。学校給食へのご理解・ご協力のほど、よろしくお願い申し上げます。

### 給食から学べること

- 健康によい食事のとり方
- 地域の産業
- 伝統行事や行事食
- 環境への配慮
- 日本や世界の食文化
- 感謝の心 など



## ～ 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うように、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

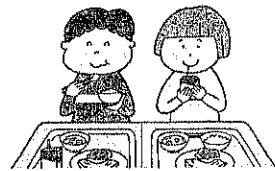
調理・配送業務については、「コック食品株式会社」に業務委託しています。

調理員・配送員 約34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4330食 (小学校 約2960食・中学校 約1370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月の献立から】

岩出市は、令和8年4月1日で市制施行20周年を迎えます。

そこで、20周年の節目をお祝いして、給食でも「お祝い献立」を実施します。

岩出市オリジナルデザインの味付けのりや、岩出市産の黒あわびだけ、新玉ねぎ、キャベツ、ねぎ、まりひめなどの市産品をたくさん盛り込んだ献立になっています。岩出市でとれた食材を味わい、ふるさと岩出市への愛着を深めるきっかけになればと思います。

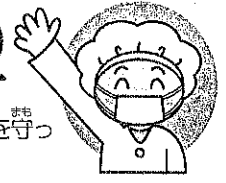


学校と給食センターとの交流を図るために栄養士が各小中学校を訪問しています。給食について何か聞きたいことがあれば、声をかけてください。

## 給食当番の決まりを守ろう



みんなが給食を安心して食べられるよう、給食当番は決まりを守って、協力して準備や後片付けをしましょう。



<p>トイレは身じたくを 整える前に済ませる。</p>	<p>爪は短く切っておく。</p>	<p>手はせっけんで きれいに洗い、 清潔なハンカチや タオルでふく。</p>	<p>体調が悪い人、 手や指にけがをして いる人は、先生に 相談する。</p>
<p>清潔な給食着を 身につける。</p> <p>★給食着を床に置いて着替 えたり畳んだりしない。</p>	<p>髪の毛は帽子や三角巾に しっかりしまおう。</p> <p>★髪が長い人は結んでおく。</p>	<p>マスクで鼻と口を おおう。</p>	
<p>重いもの、熱いものは 協力して運ぶ。</p>	<p>食缶や食器がごなど を床に置かない。</p>	<p>一人分の量を考えて 丁寧に盛り付ける。</p> <p>30人分なら… 10人分</p>	<p>汁物は底から混ぜて 具を均等に 盛り付ける。</p>

# 4月分予定献立表

## ～「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。

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。

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。

1食当たりのカロリーを表示しています。



10  
○牛乳

○パン

ABCマカロニスープ

- ベーコン
- マカロニ
- じゃがいも
- ★キャベツ
- ★たまねぎ
- ★にんじん
- ★だいこん
- ★ほうれんそう
- コンソメ
- こしょう

○※チキンカツ

手洗いを忘れずに！

628kcal

おはしは、毎日持って来てください。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(ジョア)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は、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。

金

10  
○牛乳

○パン

ABCマカロニスープ

- ベーコン
- マカロニ
- じゃがいも
- ★キャベツ
- ★たまねぎ
- ★にんじん
- ★だいこん
- ★ほうれんそう
- コンソメ
- こしょう

○※チキンカツ

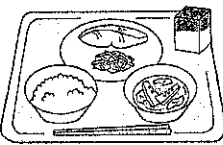
手洗いを忘れずに！

628kcal

月	火	水	木	金
13 ○牛乳 ごはん ユイミータン ○とりにく ○とうふ ★たまねぎ ★にんじん ★キャベツ ★とうもろこし とりにくのみそマヨやき ○とりにく ○みそ ○さとう 650kcal	14 ○牛乳 パン おむむぎミネストローネ ○ベーコン ○おむむぎ ○じゃがいも ★たまねぎ ★にんじん ★はくさい ★しめじ ※ミートボールのバーベキューソース(2こ) ○※にくだんご ★りんご ★にんにく 609kcal	15 ○※ジョア(いちご) ごはん ようふうにくじゃが ○ぶたにく ○ベーコン ○じゃがいも ★たまねぎ ★にんじん ★はくさい ○※いわしのうめに ほねごとたべられます。 629kcal	16 ○牛乳 カレーライス ○ごはん ○とりにく ○じゃがいも カレールー コールスローサラダ ○ハム ★キャベツ ★きゅうり 615kcal	17 遠足 (お弁当の準備をお願いします)
20 遠足予備日 (お弁当の準備をお願いします)	21 ○牛乳 パン ベンネのポロネーゼ ○ベンネ ○とりにく ○だいすけ ★たまねぎ ★にんじん ★セロリ ★パセリ ○こなチーズ ひじきサラダ ○ひじき ○とりにく ★キャベツ 578kcal	22 ○牛乳 さかなのほねにちゅういししょう ごはん ○※あじつゆのり いわでしもりもり ○あぶらあげ ○とうふ ★たまねぎ ★キャベツ ★ねぎ あかうのくろあわびだけあん ○あかう ★くろあわびだけ ★たまねぎ ★しょうが ○かたくりこ ★まりひめ(1こ) 631kcal	23 ○牛乳 きつねうどん ○ごはん ○とりにく ○えだまめ ○あぶらあげ ★にんじん ★たまねぎ ★だけのこと ほうれんそうのごまじゃこあえ ○ちりめんじゃこ ★ほうれんそう ★もやし ★にんじん 589kcal	24 ○※ジョア(ブルーベリー) パン はるキャベツのスープ ○ベーコン ★キャベツ ★たまねぎ ★にんじん ★とうもろこし とりにくのマスタードやき ○とりにく ○たまごなしマヨネーズ マスタード 606kcal
27 ○※ジョア ごはん ぶたにくとだけのごみぞしる ○ぶたにく ○あつあげ ○わかめ ★だけのこと ★たまねぎ うめずからあげ(2こ) ○とりにく ○かたくりこ うめず 590kcal	28 ○牛乳 パン はるやさいのクリームシチュー ○とりにく ○じゃがいも ★たまねぎ ★にんじん ★キャベツ かいそうサラダ ○かいそうミックス ★きゅうり ★だいこん I LOVE KYUSYOKU 559kcal	29 しょうひ 昭和の日 631kcal	30 ○牛乳 カラフルそぼろどん ○ごはん ○とりにく ○だいすけ ★だけのこと ★にんじん ★たまねぎ ★いんげん ★えのきだけ もやしとあおなのナムル ★もやし ★ごまつな ★にんじん ★にんにく ○ごま ○ごまあぶら ○さとう ○しょうゆ トウパンジャン しお 585kcal	606kcal

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。



4月使用予定の  
市内産・県内産野菜と果物  
鯨あわびだけ、玉ねぎ  
ねぎ、キャベツ、小松菜  
きゅうり、まりひめ

岩出市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。



給食では、給食費、給食費のものを多く利用することで環境保護に努めています。

□・・・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(からだのちようしをととのえる)  
\* 材料の都合により、献立を変更する場合があります。

日	曜	献立名	
10	金	パン ABCマカロニスープ チキンカツ	牛乳 パン(小麦) ABCマカロニスープ[ベーコン(卵 乳 豚 大豆) マカロニ(小麦) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] チキンカツ(小麦 卵 乳 大豆 鶏)
13	月	ごはん ユイミータン 鶏肉のみそマヨ焼き	牛乳 ユイミータン[鶏 豆腐(大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 ごま)] 鶏肉のみそマヨ焼き[鶏 調味料(大豆)]
14	火	パン 大麦ミネストローネ ミートボールのバーベキューソース(2個)	牛乳 パン(小麦) 大麦ミネストローネ[ベーコン(卵 乳 豚 大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] ミートボールのバーベキューソース[肉団子(小麦 乳 大豆 鶏) りんご 調味料(小麦 大豆)]
15	水	ごはん 洋風肉じゃが いわしの梅煮	ジョア(いちご) ジョア(乳) 洋風肉じゃが[豚 ベーコン(卵 乳 豚 大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] いわしの梅煮(小麦 大豆)
16	木	カレーライス コールスローサラダ	牛乳 カレーライス[鶏 調味料(小麦 大豆 鶏)] コールスローサラダ[ハム(卵 乳 豚 大豆 ゼラチン)]
17	金		
20	月		
21	火	パン ペンネのポロネーゼ ひじきサラダ	牛乳 パン(小麦) ペンネのポロネーゼ[ペンネ(小麦) 鶏 大豆肉(大豆) 粉チーズ(乳) 調味料(小麦 大豆 牛 豚 鶏)] ひじきサラダ[鶏 調味料(ごま 大豆)]
22	水	ごはん 味付けのり いちご 岩出市もりもり汁 赤魚の黒あわびたけあん	牛乳 味付けのり(無) 岩出市もりもり汁[油揚げ(大豆) 豆腐(大豆) 調味料(大豆 さば)] 赤魚の黒あわびたけあん[調味料(小麦 大豆)]
23	木	きつね丼 ほうれん草のごまじゃこ和え	牛乳 きつね丼[鶏 枝豆(大豆) 油揚げ(大豆) 調味料(小麦 大豆 さば)] ほうれん草のごまじゃこ和え[ごま 調味料(小麦 大豆)]
24	金	パン 春キャベツのスープ 鶏肉のマスタード焼き	ジョア(ブルーベリー) パン(小麦) ジョア(乳) 春キャベツのスープ[ベーコン(卵 乳 豚 大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] 鶏肉のマスタード焼き[鶏 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)]
27	月	ごはん 豚肉とたけのこのみそ汁 梅酢唐揚げ(2個)	ジョア ジョア(乳) 豚肉とたけのこのみそ汁[豚 厚揚げ(大豆) 調味料(大豆 さば)] 梅酢唐揚げ[鶏 調味料(小麦 大豆)]
28	火	パン 春野菜のクリームシチュー 海藻サラダ	牛乳 パン(小麦) 春野菜のクリームシチュー[鶏 牛乳(乳) 調味料(乳 小麦 大豆 鶏 豚)] 海藻サラダ[調味料(小麦 大豆)]
30	木	カラフルそぼろ丼 もやしと青菜のナムル	牛乳 カラフルそぼろ丼[鶏 大豆肉(大豆) 調味料(小麦 大豆)] もやしと青菜のナムル[ごま 調味料(小麦 大豆 ごま)]

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 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。