

令和5年度 4月学校給食予定献立表

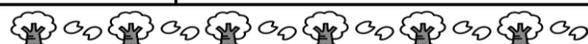
大野・内海・巽幼稚園、大野・内海・巽小学校、第三・巽中学校

日	曜	献立名	熱量		食品名			
			カロリー		赤色の食品	黄色の食品	緑色の食品	
			小学校	中学校	主に血液や筋肉骨格になるもの	主にエネルギーのもとになるもの	主にからの調子を整えるもの	
10	月	始業式 給食はありません。						
11	火	小学校 入学式 給食はありません。						
12	水	ごはん、ぎゅうにゅう とりにくとあつあげのみそに かわりおひたし	623	745	ぎゅうにゅう、とりにく あつあげ、ひじき みそ、あかみそ	ごはん	にんじん、キャベツ、たまねぎ こんにゃく、ほうれんそう	
13	木	パン、ぎゅうにゅう トマトスープパ ツナマヨサラダ	658	765	ぎゅうにゅう、ベーコン ツナ	パン、スパゲティ オリーブオイル たまごをつかって いないマヨネーズ	にんじん、たまねぎ、キャベツ ピーマン、こまつな	
14	金	いためビビンバ ぎゅうにゅう わかめとはるさめのスープ	613	729	ぎゅうにゅう、ぶたにく ぶたミンチ、わかめ	ごはん、はるさめ こめあぶら	にんじん、たまねぎ、こまつな もやし、しめじ、キャベツ、えのき	
17	月	カレーライス、ぎゅうにゅう ふくじんづけ グリーンサラダ	669	802	ぎゅうにゅう、ぶたにく	ごはん、じゃがいも オリーブオイル カレールウ こめあぶら	にんじん、たまねぎ、グリーンピース ふくじんづけ、キャベツ、きゅうり ほうれんそう	
18	火	パン、ぎゅうにゅう ウインナーとマカロニのスープ はるいろポテトサラダ	678	791	ぎゅうにゅう、ウインナー	パン、マカロニ じゃがいも ドレッシング	にんじん、たまねぎ、キャベツ えだまめ、コーン	
19	水	ごはん、ぎゅうにゅう じゃがいものそばろに おかかあえ	620	738	ぎゅうにゅう、ぶたミンチ ひらてん、かつおがし	ごはん、じゃがいも	にんじん、たまねぎ、いとこんにゃく グリーンピース、こまつな、キャベツ	
20	木	パン、ぎゅうにゅう しろみざかなのフライ ボイルキャベツ とうにゅうスープ	685	800	ぎゅうにゅう しろみざかなのフライ とうにゅう、みそ	パン、こめあぶら とんかつソース ビーフン	キャベツ、にんじん、たまねぎ ほうれんそう、コーン	
21	金	わかめごはん、ぎゅうにゅう きりぼしだいこんに うめあえ	603	716	ぎゅうにゅう、わかめ ぶたにく、ひらてん いとかまぼこ	ごはん	きりぼしだいこん、にんじん いとこんにゃく、いんげん キャベツ、こまつな、ねりうめ	
24	月	ごはん、ぎゅうにゅう かつおだいこん はるやさいのみそしる	603	716	ぎゅうにゅう、かつお ぶたにく、とうふ、みそ	ごはん、じゃがいも	だいこん、つちしょうが、にんじん たまねぎ、キャベツ、ねぎ	
25	火	パン、ぎゅうにゅう やきそば フルーツあえ	726	854	ぎゅうにゅう、ぶたにく	パン、こめあぶら やきそばめん	キャベツ、にんじん、たまねぎ もやし、ピーマン、みかん もも、パイナップル	
26	水	マーボーどん ぎゅうにゅう はるさめサラダ	622	741	ぎゅうにゅう、ぶたミンチ とうふ、あかみそ	ごはん、はるさめ こめあぶら かたくりこ	にんじん、たまねぎ、ねぎ キャベツ、きゅうり	
27	木	パン、ぎゅうにゅう ポークビーンズ イタリアンサラダ	669	780	ぎゅうにゅう、ぶたにく だいず	パン、じゃがいも ドレッシング	にんじん、たまねぎ、ブロッコリー キャベツ	
28	金	ごはん、ぎゅうにゅう おでん、あまずあえ	610	725	ぎゅうにゅう、ぶたにく ひらてん、あつあげ ちくわ、わかめ、ささみ	ごはん	にんじん、だいこん、こんにゃく キャベツ	

※材料の都合により、献立の一部を変更する場合がありますのでご了承下さい。



4月給食だより



かつ こう きゅうしょく
学校給食
の目標

※「学校給食法」第2条より
抜粋・要約

1 てきせつ えいよう せっしゅ
適切な栄養の摂取
による健康の保持増進。

健康

2 しょくじ ただ
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。

3 あか しゃかいせい きょう
明るい社会性と協
同の精神を養う。

4 しぜん おんけい りかい
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。

5 しょくせいかつ おお ひとびと
食生活が多くのの人々
の勤労に支えられている
ことを理解し、感謝する。

6 でんどうき しょくぶん か
伝統的な食文化を
理解する。

7 しょくりょう せいさん りゅうつう
食料の生産、流通
及び消費について、正
しく理解する。

献立表には、献立名だけでなく、それぞれの料理に入っている食材を赤・黄・緑にわけて記載しています。中には、初めて食べる料理や食材もあるかもしれません。毎日の給食の内容を献立表で確認し、「これはどんな料理かな?」「楽しみだね」と、「食」への関心をもてるようお声かけください。お子さんが帰宅したら「今日の給食何だった?」と話題にしてみてください。そしてご家庭でも1回1回の食事を大切に考えていただけるよう願っています。