

4月予定献立表

実施回数 13回 平均エネルギー 611キロカロリー
平均たんぱくしつ 21.7グラム加古川市教育委員会
学務課

日	11日(木)	12日(金)	15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)																	
献立	□なめし(大) ○ぎゅうにゅう とりにくとじやがいもの にもの にびたし	□パン ○ぎゅうにゅう さかなフライ ボイルやさい わかめスープ	□ごはん(小) ○ぎゅうにゅう だいすりかきあげ キャベツのみそしる	□こくとうパン ○ぎゅうにゅう どりにくのからあげ フライドポテト レタススープ	□ごはん ○ぎゅうにゅう こうやどうふのふくめに こまツナあえ ひじきつくだに	じやこまぜごはん □(ごはん) ○ぎゅうにゅう あげぎょうざ ちゅうかスープ いちごゼリー	□パン ○ぎゅうにゅう にこみハンバーグ ボイルキャベツ オニオンスープ	□ごはん ○ぎゅうにゅう さばのみそに ひじきまめ かきたまじる	□アップルパン ○ぎゅうにゅう クリームシチュー やさいソテー	カレーライス □(ごはん) ○ぎゅうにゅう ツナサラダ チーズ	□むぎごはん ○ぎゅうにゅう さかなのこうみソース テンジャンチゲ ふりかけ(かつお)																	
副食材料	(△なめしのもと □きょうかまい ○とりにく こんにゃく □じやがいも △たまねぎ △にんじん △さやいんげん □さとう しようゆ みりん さけ にぼしだし ○あぶらあげ △はくさい △チングンサイ □さとう しようゆ さけ にぼしだし	(○ホキフライ 1コ □あげあぶら △にくわ △にんじん △キャベツ ソース ○やきぶた △とうふ △たまねぎ △にんじん △えのきたけ ○わかめ △チングンサイ △しようが □ごま ポークブイヨン しお こしょう こしょう △あぶら △にんじん △キャベツ △ねぎ ○みそ にぼしだし	(○いか □とくにく △にんじん △キャベツ △とうふ △さつまいも △にんじん △ごぼう □こむぎこ しお □あげあぶら ○とうふ ○あぶらあげ △じやがいも □はるさめ △チキンブイヨン △チキンブイヨン しお こしょう △あぶら ○ひじきつくだに	(○くろざとう □とくにく △じやがいも △とうふ △さつまいも △にんじん △ごぼう □こむぎこ しお □あげあぶら ○ベーコン △たまねぎ △にんじん △レタス □はるさめ △チキンブイヨン △チキンブイヨン しお こしょう △あぶら ○ひじきつくだに	(○とりめんじやこ □こうやどうふ △とうふ △たまねぎ △にんじん △ごぼう □こむぎこ しお ○ベーコン △たまねぎ △にんじん △レタス □はるさめ △チキンブイヨン △チキンブイヨン しお こしょう △あぶら ○ひじきつくだに	(○ハンバーグ 1コ △トマト(みずに) ケチャップ デミグラスソース □さとう △あぶら △キャベツ ○ベーコン △たまねぎ △にんじん △ひじき △とうふ △にんじん △はくさい △あぶら △エリンギ △パセリ △チングンサイ △じま △チキンブイヨン △チキンブイヨン しお こしょう △あぶら ○ひじきつくだに	(○さば △とうふ ○みそ △あぶら △キャベツ ○ベーコン △たまねぎ △にんじん △ひじき △とうふ △にんじん △はくさい △エリンギ △パセリ △チングンサイ △じま △チキンブイヨン △チキンブイヨン しお こしょう △あぶら ○ひじきつくだに	(△ドライアップル ○とりにく △じやがいも △たまねぎ △にんじん △グリンピース △パークブイヨン □カレーブル カレーこ しお こしょう △ケチャップ △ソース ○ポークウインナー △たまねぎ △にんじん △キャベツ △チングンサイ しお こしょう △あぶら ○ひじきつくだに	(○ぎゅうにく △にんにく △じやがいも △たまねぎ △にんじん △グリンピース △パークブイヨン □カレーブル カレーこ しお こしょう △ケチャップ △ソース ○ポークウインナー △たまねぎ △にんじん △キャベツ △チングンサイ しお こしょう △あぶら ○ひじきつくだに	(○おむぎ ○赤キ △にんにく △じやがいも △たまねぎ △にんじん △グリンピース △パークブイヨン □カレーブル カレーこ しお こしょう △ケチャップ △ソース ○ポークウインナー △たまねぎ △にんじん △キャベツ △チングンサイ しお こしょう △あぶら ○ひじきつくだに																		
日	26日(金)	30日(火)	<h2>たのしい給食</h2> <p>ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> ・麦ごはん ・わかめごはん ・菜めし ・どんぶり <p>など</p> <p>ませごはんの具やぶりかけを手作りして おいしく食べられるようにしています。</p> <p>黄金パンは給食室で 揚げてあります。</p> <p>●ごはんのサイズ表 (グラム数は精米量で表示)</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>ごはん(小)</th> <th>ごはん</th> <th>ごはん(大)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1・2年生</td> <td>50g</td> <td>60g</td> <td></td> </tr> <tr> <td>3・4年生</td> <td>70g</td> <td>75g</td> <td>80g</td> </tr> <tr> <td>5・6年生</td> <td>90g</td> <td></td> <td>100g</td> </tr> </tbody> </table> <p>●学校給食は地産地消を推進しています。 地産地消とは、地域で生産されたものをその地域で消費することで、 加古川市でも取り組んでいます。主原料が私たちの住んでいる 兵庫県産のものは ■■■■■ で表示しています。 また主食のご飯に使われている米は、加古川市で栽培された米を使っています。</p>											ごはん(小)	ごはん	ごはん(大)	1・2年生	50g	60g		3・4年生	70g	75g	80g	5・6年生	90g		100g
	ごはん(小)	ごはん	ごはん(大)																									
1・2年生	50g	60g																										
3・4年生	70g	75g	80g																									
5・6年生	90g		100g																									
献立	□パン ○ぎゅうにゅう やきそば ★わかさぎのからあげ フルーツミックス	□パン ○ぎゅうにゅう カレーに ピーフンいりやさいいため りんごジャム	<p>◎学校給食は、先生や友達と楽しく食べながら食事のマナーや食べものの働きについて知ることや、豊かな心と丈夫な体を作ることを目的としています。 また、食事ができるまでに関わる人たちや食べものの命に関心をもち、感謝の心を育む場となります。 学校給食には、文部科学省で定められた学校給食摂取基準があり、それをもとに献立が立てられています。</p> <p>牛乳 日々、成長する子どもたちに、必要なカルシウムやたんぱく質などを補うために毎日ついています。</p> <p>パン ・コッペパン ・黒糖パン ・黄金パン など</p> <p>おかず ・成長期の子どもたちの健康増進や体位の向上を考えています。 ・衛生に十分配慮して調理しています。 ・行事食や季節感のある料理を取り入れるように努めています。 ・変化のある献立になるよう心がけています。</p> <p>●食材について 給食ではいろいろな食材が使用されています。 給食で初めて食べる食材については、アレルギーなどの症状がないか前もってご確認ください。</p> 																									
副食材料	(□やきそばめん ○ぶたにく ○いか ○ちくわ △たまねぎ △にんじん △キャベツ △もやし △ねぎ ○けずりびしこ しお こしょう ソース △あぶら ○わかさぎ しお こしょう △でんぶん ○あげあぶら (△おうとう(かんづめ) △りんご(ショッピング))	(○とりつくね ○ベーコン △じやがいも △たまねぎ △にんじん △キャベツ △とうふ △ねぎ ○けずりびしこ しお こしょう ソース △あぶら ○わかさぎ しお こしょう △でんぶん ○あげあぶら (△おうとう(かんづめ) △りんご(ショッピング))	<p>●学校給食は地産地消を推進しています。 地産地消とは、地域で生産されたものをその地域で消費することで、 加古川市でも取り組んでいます。主原料が私たちの住んでいる 兵庫県産のものは ■■■■■ で表示しています。 また主食のご飯に使われている米は、加古川市で栽培された米を使っています。</p> <p>●4月の給食から栄養価の計算方法が変わります 食品の栄養価を計算する方法が変わり、成分値の大幅な見直しが行われました。そのため、これまでの献立表と比べると、平均エネルギー量・平均たんぱくしつ量の数値が低くなっていますが、給食の内容や提供量はこれまでと変わりません。引き続き、児童生徒に必要な栄養量を提供していきます。</p> <p>学校給食摂取基準 (8歳~9歳) 文部科学省制定 (一部抜粋)</p> <ul style="list-style-type: none"> エネルギー 650kcal ⇒ 610kcal (日本食品成分表ハ訂版使用) たんぱくしつ 摂取エネルギーの13~20% (19.9g~30.5g) 																									

○印…血・肉・骨になり、からだをつくるもの(赤色) □印…熱や力のもとになるもの(黄色) △印…からだの調子をととのえるもの(みどり色) ★印…かみかみメニュー ■■■■■…兵庫県産食材
◎物資等の都合により変更する場合があります。◎アップルパンや麦ごはんなどの主食への混ぜ込み材料は、副食材料欄に記載しています。

次回給食費引落日(新一年生除く): 4月30日(火)[3月分] ★口座への入金をお願いします★