

ご入学・ご進級おめでとうございます。
今年度も、新型コロナウイルス感染症対策
を取り入れた「新しい生活様式」を踏まえて、
制限の多い給食時間となりますが、
皆さんが楽しみになるような
おいしい給食を提供
していきたいと
思います。
1年間、よろしく
お願いいたします。

入学・進級
おめでとう!



栄養バランスのとれた豊かな食事を提供することで、成長期にある子どもたちの健康の保持増進・体位の向上を図ります。



学校給食の役割



給食時間における準備から片付けの実践活動を通し、望ましい食習慣と食に関する実践力を身に付けます。



給食に地場産物を活用したり、郷土食や行事食を提供したりすることを通じて、地域の文化や伝統に対する理解と関心を深めます。



献立名

主菜

魚や肉、卵、大豆、大豆製品などおもに体を作るものになる食品を多く使ったお

主食

ごはんやパン、麺類などおもにエネルギーのもとになる食品

栄養バランスの基本



牛乳

骨や歯を作るものとなるカルシウムを多く含む

副菜・汁物

野菜やきのこ、芋、海藻類など主に体の調子を整えるものになる食品を使ったおかずや汁物

7(木)

入学式 入園式



8(金)

☐ お祝いケーキ

紅白なます / 星型ポテトフライ



和風スパゲティ

【始業式・新任式】

献立名

11(月)

ライチゼリー

ごぼうと種実の和え物

三色ごはん

・麦ごはん
・肉そぼろ
・からし菜炒め



じゃが芋の味噌汁

12(火)

ミルクもち

アスパラソテー

オムライス

・ケチャップライス
・薄焼きたまご
・ケチャップ



13(水)

大根のツナ和え

フルーツ和え



麦ごはん

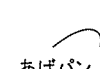
チキンカレー

14(木)

プルーン

ポテトサラダ

鶏つくね



あげパン



卵スープ

15(金)

☐ アーモンド

コーンと胡瓜のサラダ / タピオカナントウ



焼うどん

献立名

18(月)

マーミナーチャンプルー

厚焼き卵

のり油みそ



麦ごはん

鶏汁

19(火)

☐ 型抜きチーズ

ゴマ菓子

ビーンズサラダ



沖縄風焼きそば

20(水)

みかん

ほうれん草の胡麻和え

肉じゃが



あわごはん

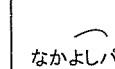
ゆし豆腐汁

21(木)

ヨーグルト

ブロッコリーソテー

鮭のベーコン焼き



なかよしパン

クリームコーンスープ

22(金)

杏仁豆腐

大根のうっちゃん漬け / きびなごのから揚げ



青菜炊き込みご飯

献立名

25(月)

海藻サラダ

男爵コロッケ



麦ごはん

ハヤシシチュー

26(火)

みかん

キャベツとナッツのサラダ

いわしのカリカリフライ



炊き込みごはん

27(水)

黒大豆

もやしの中華和え

春巻き



玄米ごはん

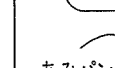
マーボー大根

28(木)

なかよしゼリー

パパイアサラダ

魚の香草焼き



あみパン

ポークビーンズ

29(金)

昭和の日

副菜 飲みもの



主食 主菜

バランスよく食べよう!

2022年 4 月 献 立 ※揚げ油（大豆）は、揚げ調理で複数回調理に使用しています。

★ お知らせ ★ 天候等の都合により、献立・食材を変更することがあります。その際は、学校からの献立変更のお知らせをご確認ください。

曜 日	牛 乳	献立名	使 用 食 材 一 覧 表			
			① おもに血・骨・肉になる (たんぱく質・無機質)	② おもに体の調子を整える (ビタミン・無機質)	③ おもに力や熱になる (炭水化物・脂質)	調味料
8 (金)	○	和風スバゲティ	ツナ のり	玉葱 人蔘 しめじ 小松菜 しじみ 木くらげ こんにゃく	スバゲティー【小麦】こめ油 オリーブ油	シママース しょうゆ こしょう
		星型ポテトフライ		パセリ	じゃが芋 揚げ油	シママース こしょう
		紅白なます	昆布	大根 人蔘	三温糖	酢
		お祝いケーキ	お祝いケーキいちご【大豆】			
11 (月)	○	麦ごはん			米 麦	
		三色ごはん	牛ひき肉 鶏ひき肉 大豆	人蔘 玉葱 人蔘 木くらげ 生姜 からしな 小松菜	こめ油 こま ごま油	みりん 醤油 料理酒 醤油 シママース
		じゃが芋のみそ汁		えのき 大根 ねぎ		みそ 粉かつお
		ごぼうサラダ	ツナ	ごぼう 胡瓜 コーン	三温糖 ノンエッグケアー【大豆・りんご】	塩麹ごまドレッシング【小麦・大豆・ごま】 酢 シママース
12 (火)		ライチゼリー	ライチゼリー（28品目なし）			
		オムライス	鶏肉 たまご	玉葱 人蔘 マッシュルーム グリンピース	米 麦 こめ油	シママース こしょう クチャップ 白ワイン 鶏だし【たまご】
		アスパラソテー	ウィンナー【豚肉】	アスパラ キャベツ コーン	オリーブ油	シママース こしょう 醤油
		ミルクもち	牛乳	みかん缶 ココナッツミルク	だんご グラニュー糖 かたくり粉	シママース
13 (水)	○	麦ごはん			米 麦	
		チキンカレー	鶏肉	人蔘 玉葱 グリンピース ミンチク 生姜 りんごピュレ トマト	じゃが芋 こめ油	カレールー カレー粉 ウスター 鶏だし【たまご】
		大根のツナ和え	ツナ	大根 胡瓜 ほうれん草	三温糖	コールスロードレ【たまご 大豆】 酢
		フルーツ和え		パイナップル みかん缶 もも缶	グラニュー糖	赤ワイン
14 (木)	○	揚げパン	きなこ【大豆】		コッペパン【小麦・乳・大豆】揚げ油 粉末アーモンド 三温糖 黒糖	
		鶏スープ	たまご 大豆	白菜 ほうれん草	かたくり粉	シママース チキンブイヨン【鶏肉】 醤油
		国産鶏のつくね	国産鶏と根菜の平つくね【小麦 鶏肉 豚肉 大豆 ごま】			
		ポテトサラダ		胡瓜 コーン	じゃが芋 三温糖 ノンエッグケアー【大豆・りんご】	シママース こしょう
15 (金)	○	ブルーン		ブルーン		
		焼うどん	牛肉	白菜 人蔘 玉葱 小松菜 長ネギ	うどん【小麦】こめ油 三温糖 こめ油	みりん 料理酒 シママース 醤油 粉かつお
		タピオカナントゥ	きな粉【大豆】	シークワーサー果汁	グラニュー糖 紅芋 タピオカ粉	シママース
		コーンと胡瓜のサラダ	白いんげん豆	コーン 胡瓜 キャベツ	三温糖	こしょう 醤油 コールスロードレ【たまご 大豆】
18 (月)	○	スナックアーモンド			アーモンド	
		麦ごはん			米 麦	
		鶏汁	鶏肉	大根 人蔘 小松菜 しじみ 生姜		醤油 シママース 粉かつお 鶏だし【たまご】
		マーミナーチャンプルー	豆腐 豚肉	もやし 人蔘 からしな	こめ油	シママース 醤油 こしょう
19 (火)	○	厚焼きたまご	たまご おから ちりめん	玉葱 ビーマン	こめ油	醤油 みりん 料理酒
		油みそ やきり	ツナ のり	生姜	こま 三温糖 こめ油	みそ
		沖縄鶏焼きそば	豚肉 ちきあぎ【小麦・大豆】	玉葱 人蔘 キャベツ 木くらげ もやし じゃが芋	沖縄そば【小麦粉・大豆】こめ油	シママース こしょう 醤油 焼きそばのたれ【大豆・豚肉・小麦・りんご】
		ピーンズサラダ	白いんげん豆 ミックスピーンズ	トマト 胡瓜 パパイヤ シークワーサー果汁	三温糖 オリーブ油	酢 こしょう
20 (水)	○	ごま菓子		レーズン	ごま アーモンド マーガリン コーンフレーク	
		型抜きチーズ	チーズ【乳】			
		あわごはん			米 マージン	
		ゆし豆腐汁	ゆし豆腐 アーサ			シママース 醤油 粉かつお
21 (木)	○	肉じゃが	牛肉	玉葱 人蔘 木くらげ こんにゃく インゲン	じゃが芋 こめ油 三温糖	料理酒 みりん かつおだし汁
		ほうれん草のごま和え		ほうれん草 キャベツ 人蔘	ごま 三温糖	醤油 酢
		みかん	みかん			
		なかよしパン			なかよしパン【小麦・乳・大豆】	
22 (金)	○	クリームコンスープ	鶏肉 牛乳 スキムミルク【乳】 白いんげんペースト 大豆	グリンピース コーン 人蔘 玉葱 セロリ	じゃが芋 小麦粉 マーガリン こめ油	シママース こしょう ローレル粉 鶏だし【たまご】
		さけのベーコン焼き	さけ ベーコン【豚肉】	トマト にんにく	三温糖 オリーブ油	シママース こしょう 白ワイン パザル粉
		ブロッコリーソテー	豚肉	ブロッコリー	こめ油	醤油 こしょう
		ヨーグルト	ヨーグルト【乳】			
25 (月)	○	青菜炊き込みご飯	ちりめん 油揚げ【大豆】 鰯糸【たまご】	人蔘 たけのこ からしな	米 麦 ごま こめ油	醤油 シママース 粉かつお
		きびなごのから揚げ	きびなご		かたくり粉 小麦粉 揚げ油	シママース こしょう
		大根のうっちゃん漬		大根	三温糖	シママース 酢 うっちゃん
		舌に豆腐	豆腐 春巻	みかん缶 パイン缶 ココナッツミルク	グラニュー糖	白ワイン
26 (火)	○	麦ごはん			米 麦	
		ハヤシシチュー	牛肉 大豆 白豆ペースト	玉葱 人蔘 セロリ マッシュルーム トマト にんにく	じゃが芋 こめ油	クチャップ シママース こしょう ローレル粉 ウスター 鶏だし
		北海道産鶏コロッケ	コロッケ【小麦 乳 たまご 牛肉 大豆】 揚げ油			
		海藻サラダ	海藻 鶏ささみ	胡瓜 大根		塩麹ごまドレッシング【小麦・大豆・ごま】
27 (水)	○	炊き込みごはん	油あげ 鶏肉	人蔘 ごぼう こんにゃく 切干大根 インゲン	米 麦 こめ油	シママース 醤油 みりん 料理酒 鶏だし【たまご】
		いわしのかりかりフライ	いわし		揚げ油	
		キャベツとナッツのサラダ		キャベツ 人蔘 胡瓜 シークワーサー果汁	アーモンド オリーブ油 三温糖	シママース こしょう
		みかん	みかん			
28 (木)	○	玄米ごはん			米 玄米	
		マーボー大根	豚ひき肉 大豆 豆腐	大根 人蔘 玉葱 じゃが芋 生姜 にんにく	三温糖 ごま油 こめ油 かたくり粉	シママース 醤油 みそ 豆腐（28品目なし） 鶏だし
		はるまき	はるまき【えび 小麦 ごま 大豆 鶏肉 豚肉】 揚げ油			
		もやしの中華和え		人蔘 もやし 胡瓜 木くらげ	春雨 ごま油 三温糖	醤油 酢 シママース
28 (木)	○	黒大豆	黒大豆			
		あみパン			あみパン【小麦・乳・大豆】	
		ポークピーンズ	豚肉 大豆 ひよこ豆 レッドキドニー	人蔘 玉葱 トマト にんにく	じゃが芋 三温糖 こめ油	シママース こしょう ローレル粉 クチャップ 赤ワイン
		魚の香草焼き	ほき チーズパウダー【乳】		オリーブ油 パン粉	シママース こしょう パザル粉
調理料 アレルギー 表示		パパイヤサラダ	とりささみ	パパイヤ 胡瓜 コーン	アーモンド 三温糖	醤油 フレンチドレ【28品目なし】
		仲良しゼリー	アガー	みかん缶 レモン果汁 オレンジジュース	グラニュー糖	白ワイン

☆調理料 調理加工品に関して、アレルギー28品目【乳 卵 小麦 ピーナッツ えび かに そば あわび いか いくら オレンジ キウイフルーツ 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 アーモンド】の表示をしています。

①醤油、薄口醤油（小麦 大豆）②酢 特濃酢（小麦）③ウスター（大豆、りんご）④豆腐 豆乳 おから 赤みそ 白みそ 揚げ油（大豆）⑤デミグラソース（小麦 牛肉 豚肉 鶏肉 大豆 ゼラチン）⑥カレーフレーク（小麦 大豆 牛肉 鶏肉）カレー粉（香辛料のみ28品目なし）⑦マーガリン（乳 大豆）⑧ツナ（大豆）⑨枝豆、もやし（大豆）が原料となります。

※アレルギー表示義務はありませんが、オイスターソースにカキエキスを_usingしています。 ※もずく、アーサ、しらす干しにはエビ、イカ、カニの稚魚が混ざっていることがあります。

※揚げ油（大豆）は、揚げ調理で複数回調理に使用しています。