

令和7年

4月

東江学校給食センター
53-2543

4月

こんだてひょう

天候等の都合により、献立・食材を変更する場合があります。

毎月19日は食育の日
19日は子ども達と
食卓を囲んで、家庭で
食事を楽しみましょう！

毎日チェックを!! 献立表の見方

ご入学
おめでとうございます

ドキドキとワクワクで胸いっぱい4月が始まりました。学力と体力の基本は「食べること」であり、「生きる源」ですが、忘れられがちです。生涯、健康でいられるよう「食育力」を育むことが子ども達の「人間力」の育成につながります。給食センターでは、子ども達が楽しく学校生活を送れるよう、学校給食を通して子ども達をサポートしていきます。

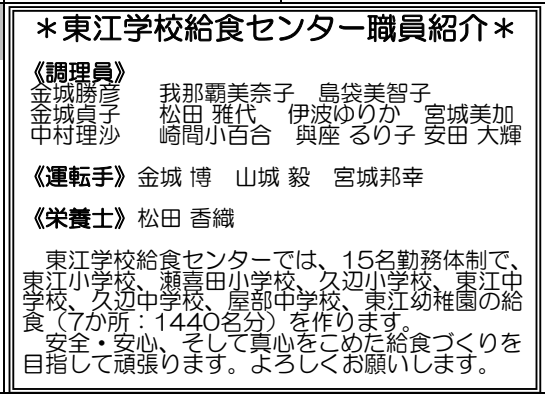
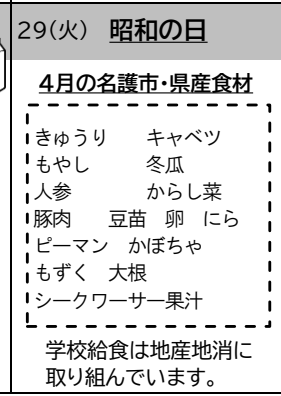
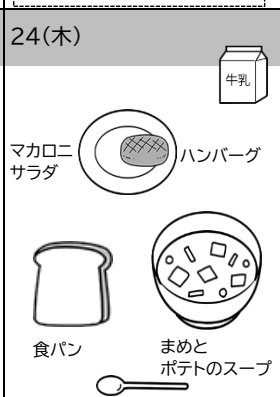
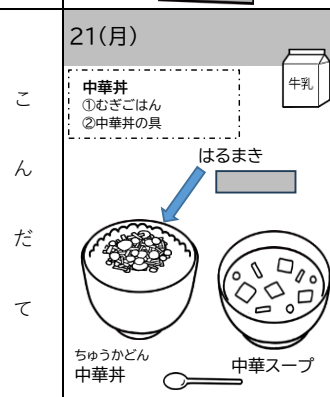
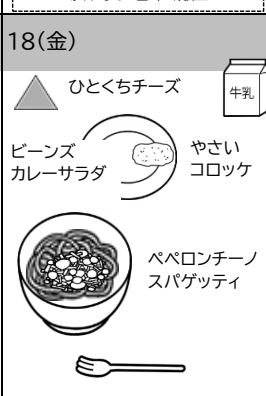
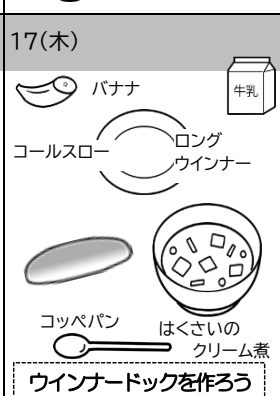
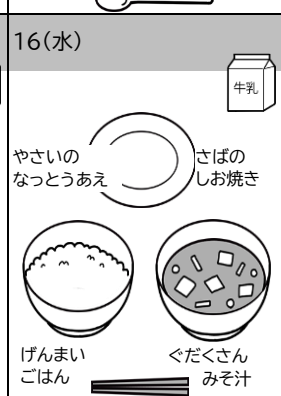
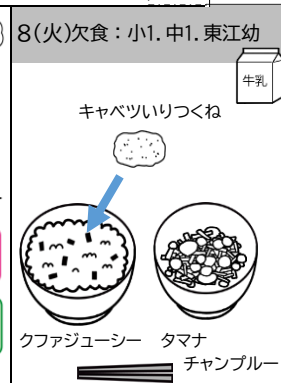
おもて面：給食時間に配膳の見本として活用します。正しい位置に配膳すると食べやすく、こぼすことがなくなり、食事のマナーを身につけることができます。欠食も併せてご確認をお願いします。
うら面：食材を3つのグループの動きに分け、食物アレルギー対応として表示義務、推奨食品28品目を記載しています。ご家庭にて、お子さんと一緒に使用食材のご確認をお願いします。



2024 4月 東江学校給食センター		献立表			
日/月/年	曜日	献立名	3つのグループの動きと推奨食品		
			グループ1 (アレルギー対応)	グループ2 (アレルギー対応)	グループ3 (アレルギー対応)
4/1	月	おもち・揚げ物	おもち・揚げ物	おもち・揚げ物	おもち・揚げ物
4/2	火	おもち・揚げ物	おもち・揚げ物	おもち・揚げ物	おもち・揚げ物
4/3	水	おもち・揚げ物	おもち・揚げ物	おもち・揚げ物	おもち・揚げ物
4/4	木	おもち・揚げ物	おもち・揚げ物	おもち・揚げ物	おもち・揚げ物
4/5	金	おもち・揚げ物	おもち・揚げ物	おもち・揚げ物	おもち・揚げ物

おもて面

うら面



※ 給食費に関する問い合わせは：名護市教育委員会 総務課 学校給食係 ☎ 53-1212 (内線 130)

★お知らせ★ 台風等の天候や材料の都合により、献立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。							東江学校給食センター
日 曜 日	献 立 名	3 つ の グ ル ー プ の 働 き と 使 用 食 材 名					
		おもに血・肉・骨となる 1・2群(たんぱく質・無機質)	おもに体の調子を整える 3・4群(ビタミン・無機質)	おもに力や熱となる 5・6群(炭水化物・脂質)	調味料・だしなど		
8 ／ 火	 クファージュシー	豚肉 チキアギ 昆布	こんにゃく 人参 椎茸 にら	米 麦 サラダ油		シママース 濃口醤油 みりん風料理酒 鰹節 豚だし骨	
	キャベツ入りつくね	キャベツ入りつくね(鶏肉・豚肉)					
	タマナチャンプルー	豆腐 コンビーフハッシュ(牛肉)	キャベツ 人参 もやし	サラダ油		シママース 濃口醤油	
9 ／ 水	 麦ごはん			米 麦			
	もずく丼の具	もずく 豚肉 大豆	コーン 人参 たまねぎ ビーマン えのき しょうが	サラダ油 三温糖 片栗粉		シママース 濃口醤油 料理酒 みりん風 ポークフィヨン(鶏肉・豚肉)	
	野菜たっぷりみそ汁	豆腐 油揚げ 赤みそ 白みそ 白花生ペースト	キャベツ たまねぎ 人参 ねぎ	じゃがいも		鰹節	
	バナナ		バナナ				
10 ／ 木	 コッペパン			コッペパン(小麦・乳・大豆)			
	春野菜のポトフ	無添加ベーコン(大豆・豚肉)	人参 たまねぎ 白菜 大根 キャベツ	じゃがいも		シママース こしょう 料理酒 鶏だし骨 パセリ	
	魚のみそマヨ焼き	バス《魚》 甘口白みそ	たまねぎ	ノンエッグマヨネーズ		シママース こしょう 料理酒 みりん風 パセリ	
	コブサラダ		ブロッコリー カリフラワー コーン きゅうり 人参	コブサラダドレッシング(卵・乳・大豆)		シママース	
11 ／ 金	 沖縄焼きそば	豚肉 チキアギ	キャベツ からしな しめじ 人参 たまねぎ もやし にんにく	沖縄そば(小麦・大豆) サラダ油		シママース 濃口醤油	
	厚揚げサラダ	厚揚げ ツナ	キャベツ きゅうり 人参 シークワーサー果汁	塩ドレッシング(大豆・ごま) 白ごま		薄口醤油	
	三月菓子	卵		小麦粉 三温糖 ラード 大豆油		ベーキングパウダー	
14 ／ 月	 麦ごはん			米 麦			
	白身魚フライ	白身魚フライ(小麦・大豆) 大豆油					
	肉じゃが	豚肉	いんげん 人参 たまねぎ 糸こんにゃく	じゃがいも 三温糖 サラダ油		濃口醤油 みりん風 料理酒 鰹節	
	ひじきの炒り煮	ひじき 大豆 チキアギ 油揚げ	人参 こんにゃく	サラダ油 三温糖		濃口醤油 みりん風 料理酒 鰹節	
15 ／ 火	 ケチャップライス		マッシュルーム グリンピース たまねぎ 人参 ビーマン にんにく	米 麦 サラダ油		シママース こしょう ケチャップ 濃口醤油 鶏だし骨	
	オムライス用卵焼き	オムライス用卵焼き(卵・小麦・大豆)					
	デミグラスソース		たまねぎ トマト	サラダ油		シママース こしょう ハヤシルウ(小麦・大豆・牛肉) ウスターソース デミグラスソース チキンフィヨン(鶏肉)	
	ツナボテサラダ	ツナ	きゅうり たまねぎ コーン ピクルス	じゃがいも 三温糖 白すりごま ノンエッグマヨネーズ		シママース こしょう 特濃酢	
	プリン			プリン(大豆)			
16 ／ 水	 玄米ごはん			米 玄米			
	具沢山みそ汁	豆腐 豚肉 赤みそ 白みそ 白花生ペースト	人参 大根 ごぼう 小松菜 ねぎ	じゃがいも		シママース 鰹節	
	さばの塩焼き	鯖	しょうが			シママース 料理酒	
	やさいの納豆和え	ひきわり納豆 糸けすり	ほうれん草 もやし 人参	白ごま		濃口醤油 粒マスタード(小麦)	
17 ／ 木	 コッペパン			コッペパン(小麦・乳・大豆)			
	ロングウインナー	ロングウインナー(小麦・牛肉・豚肉)					
	白菜のクリーム煮	えび 無添加ベーコン(大豆・豚肉) スキムミルク(乳) 加工乳(乳)	白菜 人参 たまねぎ グリンピース	じゃがいも サラダ油 小麦粉 マーガリン(乳・大豆)		シママース こしょう 料理酒 鶏だし骨	
	コールスロー		キャベツ 人参 きゅうり コーン レモン果汁	ノンエッグマヨネーズ 三温糖 オリーブ油		シママース こしょう 特濃酢	
	バナナ		バナナ				
18 ／ 金	 ベベロンチーノスパゲティ	あさり えび いか 無添加ベーコン(大豆・豚肉)	人参 たまねぎ キャベツ ビーマン にんにく	スパゲティ(小麦) オリーブ油 サラダ油		シママース 料理酒 唐辛子	
	野菜コロッケ	野菜コロッケ(小麦・大豆) 大豆油					
	ビーンズカレーサラダ	ミックスビーンズ 無添加ハム(大豆・豚肉・鶏肉)	キャベツ きゅうり 人参 コーン レモン果汁	オリーブ油 三温糖		シママース カレー粉 濃口醤油 特濃酢	
	ーロチーズ	ーロチーズ(乳)					
21 ／ 月	 麦ごはん			米 麦			
	中華丼の具	えび いか 豚肉 豆腐	だけのこ 木耳 たまねぎ 白菜 人参 しょうが	ごま油 サラダ油 片栗粉		シママース 料理酒 濃口醤油 八宝菜の素(小麦・大豆・ごま・鶏肉・豚肉) ポークフィヨン(豚肉・鶏肉)	
	中華スープ	鶏肉	小松菜 コーン 白菜 人参 たまねぎ しょうが	ごま油 サラダ油		シママース こしょう 薄口醤油 豚だし骨	
	春巻き	春巻き(小麦・大豆・豚肉) 揚げ油					
22 ／ 火	 鶏五目ごはん	鶏肉 白かまぼこ	こんにゃく 人参 椎茸 ごぼう いんげん しょうが	米 麦 サラダ油		シママース 濃口醤油 みりん風料理酒 鰹節	
	チリメン入り卵焼き	卵 チリメン	豆苗 たまねぎ 人参	塩麴(小麦・大豆) サラダ油		シママース こしょう 濃口醤油 鰹節	
	キャベツとひき肉炒め	牛ひき肉 豚ひき肉 油揚げ 赤みそ	キャベツ 人参 たまねぎ ビーマン しょうが にんにく	三温糖 サラダ油		シママース 七味唐辛子(ごま)	
	オレンジ		オレンジ				
23 ／ 水	 麦ごはん			米 麦			
	みそけんちん汁	厚揚げ 油揚げ 赤みそ 白みそ 白花生ペースト	こんにゃく ねぎ 椎茸 大根 人参 ごぼう	里芋 ごま油		鰹節	
	豚肉の生薑炒め	豚肉	キャベツ にら たまねぎ 人参 ビーマン しょうが	三温糖 サラダ油		シママース 濃口醤油 みりん風料理酒	
	白菜のごま和え	ちくわ(大豆)	ほうれん草 白菜 きゅうり 人参	白すりごま 三温糖 ごま油		濃口醤油	
	もずくのり	もずく 糸けすり		三温糖		濃口醤油 みりん風 料理酒	
24 ／ 木	 食パン			食パン(小麦・乳・大豆)			
	ハンバーグ	ハンバーグ(大豆・鶏肉・豚肉)					
	豆とポテトのスープ	鶏肉 白いんげん豆 白花生ペースト	たまねぎ セロリ 人参 白菜	じゃがいも サラダ油		シママース こしょう パセリ チキンフィヨン(鶏肉) 鶏だし骨	
25 ／ 金	マカロニサラダ	無添加ハム(大豆・豚肉・鶏肉)	たまねぎ きゅうり 人参 コーン	マカロニ(小麦) ノンエッグマヨネーズ 三温糖		シママース 粒マスタード(小麦)	
	 スパゲティナポリタン	鶏肉 ウインナー(乳・豚肉・鶏肉・大豆)	マッシュルーム 人参 たまねぎ ビーマン トマト にんにく	スパゲティ(小麦) 三温糖 オリーブ油 サラダ油		シママース ケチャップ オレガノ パジル	
	宮古島産かぼちゃケーキ	チーズパウダー(乳) 卵		かぼちゃ 小麦粉 アーモンド 三温糖 ケーキミックス(小麦) マーガリン(乳・大豆)		ベーキングパウダー	
28 ／ 月	ブロッコリーサラダ	鶏肉 ミックスビーンズ	ブロッコリー カリフラワー コーン きゅうり	三温糖 フレンチドレッシング		こしょう 濃口醤油 特濃酢	
	 あわごはん			米 あわ			
	沖縄風みそ汁	ポーク(乳・豚肉) 豆腐 赤みそ 白みそ 白花生ペースト	たまねぎ 冬瓜 からしな キャベツ 人参			鰹節	
	小魚のウッチン揚げ	スプラット		小麦粉 片栗粉 大豆油		シママース こしょう ウッチン粉 カレー粉	
30 ／ 水	鮭イリチー	卵 豚肉 チキアギ	キャベツ もやし 人参	塩麴(小麦・大豆) サラダ油		シママース 濃口醤油	
	 麦ごはん			米 麦			
	チキンカレー	鶏肉 大豆 白花生ペースト	たまねぎ 人参 ビーマン トマト しょうが にんにく リンゴピューレ	じゃがいも サラダ油		シママース ウスターソース カレー粉 豚だし骨 カレールウ(小麦・牛肉・鶏肉・大豆)	
	ほうれん草オムレツ	ほうれん草オムレツ(卵・大豆)					
フルーツ杏仁		黄桃 みかん バイン	杏仁風ゼリー(大豆) グラニュー糖				

※予定詳細献立表は食品表示法に定められている28品目(乳・卵・小麦・そば・ビーナッツ・えび・かに・あわび・いか・いくら・オレンジ・キウイフルーツ・牛肉・くるみ・鮭・さば・大豆・鶏肉・豚肉・松茸・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。
※大豆油(大豆)は揚げ調理で複数回の調理に使用します。 ※もやし・えだまめ・あお豆の原料は大豆です。
※もずく・あおさ・のり等の海藻類や、あさり等の二枚貝、しらす等の小魚には、いかにえびかにの椎魚が混入していることがあります。

《よく使用する調味料のアレルギーの一覧》

①醤油・薄口醤油(小麦・大豆) ②酢(小麦) ③ウスターソース(大豆 りんご) ④カレー・フレック(小麦・大豆・牛肉・豚肉) ⑤豆腐・豆乳・おから・赤みそ・白みそ・麦みそ・甘口白みそ・油揚げ・厚揚げ(大豆)

⑥デミグラスソース(小麦・鶏肉) ⑦マーガリン(乳・大豆) ⑧バター(乳) ⑨ごま油(ごま・大豆) ⑩ノンエッグマヨネーズ(大豆) ⑪鶏だし骨(鶏肉・卵) ⑫豚だし骨(豚肉)