

# 2022年度4月分 小学校給食こんだて表

岸和田市教育委員会  
岸和田市学校給食会

★年間もくひょう★  
なかくよく楽しく食事をしよう  
☆4月のもくひょう☆  
協力して準備や片づけをしよう

ご入学、ご進級おめでとうございます。期待に胸をふくらませ、希望に満ちた新年度がスタートしました。学校給食は、教育活動の一環として位置付けられ、栄養バランスのとれた食事を提供することで、子どもたちの心と体の健やかな成長を支え、体力の向上を図るとともに、食に関する指導の生きた教材となるように考えて作られています。



月	火	水	木	金
<b>11</b> ●ぎゅうにゅう <b>ごはん</b> ■こめ <b>さけとキャベツのしおこうじやき</b> ●トラウトサーモン ■サラダあぶら ▲つちしょうが ▲かたくりこ ▲キャベツ ■しおこうじ ▲にんじん ■しょうゆ <b>あつあげのみそしる</b> ●あつあげ ▲あおねぎ ▲にんじん ●あかみそ ▲たまねぎ ●しろみそ ▲ふともやし けずりぶし ▲ぶなしめじ	<b>12</b> ●ぎゅうにゅう <b>たけのごはん</b> ■こめ りょうりしゆ ▲たけのこ うすくちしょうゆ ▲にんじん みりん ●とりにく しお <b>ぶたにくとやさいのしょうがに</b> ●ぶたにく ▲さんどまめ ▲つちしょうが ■サラダあぶら ▲たまねぎ ▲さとう ▲にんじん けずりぶし ▲じゃがいも しょうゆ <b>すましじる</b> ●さくらがたかまほこ けずりぶし ▲たまねぎ だしこんぶ ▲だいこん うすくちしょうゆ ▲えのきたけ みりん ●わかめ しお ▲みつば	<b>13</b> ●ぎゅうにゅう <b>こくどうパン</b> <b>とうふのちゅうかに</b> ●ぶたにく ■サラダあぶら ▲つちしょうが ▲かたくりこ ▲たまねぎ チキンピジョン ▲にんじん みりん ▲キャベツ うすくちしょうゆ ▲チンゲンサイ しょうゆ ●とうふ しお ▲あおねぎ <b>メヒカリのからあげ</b> ●メヒカリ(こなつき) ▲あぶら 	<b>14</b> ●ぎゅうにゅう <b>こめこパン</b> <b>とりにくのバーベキューソース</b> ●とりにく ■さとう ▲あおねぎ ▲かたくりこ ▲つちしょうが しお ▲にんにく こしょう ▲サラダあぶら しょうゆ ▲りんごピューレ りょうりしゆ <b>コンスープ</b> ●ベーコン とりがら ▲にんじん セロリ ▲たまねぎ ローリエ ▲じゃがいも ■こめこホワイトルウ ▲クリームコーン しお ▲パセリ こしょう	<b>15</b> ●ぎゅうにゅう <b>ごはん</b> ■こめ <b>わかめのつくだに</b> <b>はるやさいのにももの</b> ●とりにく ■さとう ▲にんじん けずりぶし ▲たけのこ みりん ●まるてん うすくちしょうゆ ▲ながいも しょうゆ ▲ふき <b>ぶたじる</b> ●ぶたにく ▲こまつな ▲にんじん ▲こんにやく ▲たまねぎ ●あかみそ ▲ふともやし にぼし
<b>18</b> ●ぎゅうにゅう <b>ごはん</b> ■こめ <b>カレーライスのぐ</b> ●ぎゅうにく チキンピジョン ▲つちしょうが ケチャップ ▲にんにく ウスターソース ▲たまねぎ のうこうソース ▲にんじん しょうゆ ▲じゃがいも しお ▲サラダあぶら こしょう ▲こめこカレールウ <b>ハムとやさいのソテー</b> ●ハム ■サラダあぶら ▲ホールコーン しお ▲キャベツ こしょう	<b>19</b> ●ぎゅうにゅう <b>げんまいごはん</b> 毎月19日は食育の日 ■こめ ▲はつがげんまい <b>あまからチキンどんのぐ</b> ●とりにく ■さとう ▲にんじん ▲かたくりこ ▲たまねぎ しお ▲あおねぎ こしょう ▲ぶなしめじ しょうゆ ▲サラダあぶら りょうりしゆ <b>みそしる</b> ▲にんじん ●あかみそ ▲たまねぎ ●しろみそ ▲キャベツ けずりぶし ▲ふともやし だしこんぶ ▲こまつな	<b>20</b> ●ぎゅうにゅう <b>コッペパン</b> <b>ハンバーグ</b> ●ハンバーグ <b>ちゅうのうソース</b> <b>ミネストローネ</b> ●ぎゅうにく ■オリーブオイル ▲にんじん とりがら ▲たまねぎ セロリ ▲キャベツ ローリエ ▲トマト(みず) うすくちしょうゆ ▲こめこマカロニ(ほし) しお ▲パセリ こしょう	<b>21</b> ●ぎゅうにゅう <b>コッペパン</b> <b>ホキのポテトごろもフライ</b> ●ホキのポテトごろもフライ ▲あぶら <b>やさいのようふうに</b> ●フランクフルトソーセージ とりがら ▲にんじん セロリ ▲たまねぎ ローリエ ▲じゃがいも うすくちしょうゆ ▲キャベツ しお ▲パセリ こしょう	<b>22</b> ●ぎゅうにゅう <b>ごはん</b> ■こめ <b>きざみのり</b> <b>ヒピンバのぐ</b> ●ぎゅうにく ▲チンゲンサイ ▲にんにく ■サラダあぶら ▲ぜんまい ▲さとう ▲にんじん しょうゆ ▲ふともやし コチュジャン <b>わかめスープ</b> ●やきちくわ とりがら ▲にんじん あおねぎ ▲たまねぎ つちしょうが ▲ぶなしめじ うすくちしょうゆ ▲にら しお ●わかめ こしょう
<b>25</b> ●ぎゅうにゅう <b>ツナピラフ</b> ■こめ チキンピジョン ●まぐろあぶらづけ りょうりしゆ ▲にんじん しお ▲ホールコーン こしょう ▲さんどまめ <b>ソーセージとこまつなのソテー</b> ●フランクフルトソーセージ ■サラダあぶら ▲キャベツ しお ▲こまつな こしょう <b>コンソメスープ</b> ●とりにく とりがら ▲にんじん セロリ ▲たまねぎ ローリエ ▲じゃがいも うすくちしょうゆ ▲パセリ しお・こしょう	<b>26</b> ●ぎゅうにゅう <b>えんどうごはん</b> ■こめ しお ▲えんどう <b>さわらのつつたあげ</b> ●さわらのつつたあげ ▲あぶら <b>あぶらあげのみそしる</b> ●あぶらあげ ▲ふともやし ▲にんじん ▲あおねぎ ▲たまねぎ ●あかみそ ▲キャベツ けずりぶし	<b>27</b> ●ぎゅうにゅう <b>コッペパン</b> <b>いちごジャム</b> <b>ジャーマンポテト</b> ●ベーコン ■サラダあぶら ▲たまねぎ うすくちしょうゆ ▲にんじん しお ▲じゃがいも こしょう ▲パセリ <b>はるキャベツのスープ</b> ●とりにく とりがら ▲にんじん セロリ ▲たまねぎ ローリエ ▲ぶなしめじ うすくちしょうゆ ▲はるキャベツ しお・こしょう カレーこ	<b>28</b> ●ぎゅうにゅう <b>うずまきパン</b> <b>ビーンズシチュー</b> ●ぶたにく ■サラダあぶら ▲にんにく ▲こめこブラウンルウ ▲たまねぎ チキンピジョン ▲にんじん ケチャップ ▲じゃがいも しょうゆ ▲ミックスビーンズ のうこうソース ▲トマト(みず) こしょう <b>キャベツとコーンのサラダ</b> ▲キャベツ ▲ホールコーン <b>たまねぎドレッシング</b>	

学校給食では児童の体格に見合ったエネルギー量を求め、給食の実施基準を定めています。

	岸和田市実施基準	今月の平均
エネルギー(キロカロリー)	625	575
たんぱく質(パーセント)	摂取エネルギー全体の13~20	15
脂質(パーセント)	摂取エネルギー全体の20~30	30

●..き(ちからやねつになる) ●..あか(からだのにくや、ち、ほねになる) ▲..みどり(からだのちょうしをととのえる) ※やむをえない事情により内容を変更する場合があります。ご了承ください。

## ご家庭へのお知らせとお願い

<b>献立表</b> 毎月配布します。ご家庭の献立や食生活の参考に活用ください。	<b>給食当番</b> 給食当番の際はエプロン・帽子・マスクを使用します。週末に持ち帰りますので、お手数ですが洗濯をお願いします。	<b>給食費</b> 1食あたり低学年232円、中学年235円、高学年238円です。保護者の皆さまにご負担いただく給食費は食材料費のみで、それ以外の人件費や施設・設備にかかる経費は含みません。 <b>●給食停止と返金について●</b> 病気などで1週間以上欠席される場合は、学校にお知らせください。数量変更が可能な日(土日祝含まず4日後)から給食停止にすることができます。給食停止日数分の給食費は、後日返金します。なお、停止の申し出がない場合は、返金の対象になりませんのでご注意ください。
---	--	---

## 食物アレルギー対応について

岸和田市の学校給食では、食物アレルギー対応として、卵・乳・小麦・えびの除去食を実施しています。また、パン・ごはん・飲用牛乳など、除去による給食費の返金ができるものもあります。そば・ピーナッツ(落花生)・かきを含む食品と生卵は使用しません。食物アレルギー対応を希望される場合は、申請書の提出が必要ですので、学校へ申し出てください。

