



月目標：給食のきまりを守って、楽しい食事にしよう



給食センターのホームページのQRコードです。ぜひご覧ください。

*食材等の都合で献立を変更することがあります。

日 曜日	主食	牛乳	汁もの・主菜・副菜・くだもの等	れんらく こんだてメモ	食品名						栄養価	
					赤の食品 体をつくるものになる		緑の食品 体の調子をとのえる		黄色の食品 エネルギーのもとになる		エネルギー kcal	たんぱく質 g
					1 群	2 群	3 群	4 群	5 群	6 群		
					魚・肉・たまご 豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	その他の野菜 緑黄色野菜	きのこ・くだもの	穀類・いも類 さとう	油脂・種実	小学校	中学校
7 月	ごはん	MILK	厚揚げのそぼろ汁 ちくわのかば焼き(2個) 和風サラダ	令和7年度の給食がスタートします。初日の給食は、甘辛い味がごはんによく合う、ちくわのかば焼きをお届けします。	とりにく あつあげ みそ ちくわ かつおぶし	ぎゅうにゅう	にんじん	しょうが たまねぎ だいこん ながねぎ キャバツ きゅうり	こめ おおむぎ さとう でんぷん	こめあぶら ひまわりあぶら	595	729
8 火	ごはん	MILK	さつま汁 さばのみぞだれ 切干大根の煮物	ぐつと和食の献立は、心が落ち着きますね。白いごはんとの相性もバッチリです。	とりにく みそ さば あぶらあげ さつまあげ	ぎゅうにゅう	にんじん	だいこん しょうが ながねぎ きりほしだいこん しいたけ	こめ おおむぎ こんにやく さつまいも さとう でんぷん	こめあぶら	641	781
9 水	ミニ コッパン	MILK	せん切り野菜のスープ ミートソースパンネ フルーツポンチ	パン先の形のマカロニを豚ひき肉と野菜で作ったコクのあるミートソースで和えます。	ベーコン ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ えのき はくさい にんにく みかんかん ももかん パインかん	コッパン マカロニ ナタデココ ゼリー	こめあぶら	585	667
10 木	ごはん	MILK	ふとわかめのみそ汁 豚丼の具 じゃこサラダ	長野県産の豚肉で作る人気の豚丼の具です。ごはんにのせてもりもり食べましょう。	みそ ぶたにく かつおぶし	ぎゅうにゅう わかめ		たまねぎ だいこん えのき はくさい しめじ キャバツ きゅうり	こめ おおむぎ ふ しらたき さとう	こめあぶら	536	655
11 金	丸パン	MILK	ABCスープ 手作りハンバーグ グリーンサラダ	調理員さんの愛情がこもった手作りハンバーグです。丸パンにはさんで、大きな口でガブリとどうぞ。	ベーコン ぶたにく とりにく とうふ	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ はくさい えのきごおり キャバツ きゅうり だいこん	まるパン マカロニ パンこ さとう	こめあぶら	598	728
14 月	ごはん	MILK	にら玉汁 絹厚揚げの肉みそあんかけ カラフルおひたし	ひシオたすず献立 給食では、塩分控えて野菜たっぷりの献立を心がけています。	かまぼこ たまご みそ きぬあつあげ とりにく かつおぶし	ぎゅうにゅう	にんじん にら こまつな	たまねぎ えのき ながねぎ もやし コーン	こめ おおむぎ でんぷん さとう		537	674
15 火	ちらし寿司	MILK	祝いなるのおいしいもの 鶏肉のから揚げ 磯香あえ お祝いいちごゼリー	入学進級祝い献立 入学進級おめでとうございます。お祝いの気持ちをこめて給食をお届けします。	なると とうふ とりにく	ぎゅうにゅう のり	にんじん ほうれんそう	ちらしずしのもと たまねぎ えのき はくさい しょうが にんにく キャバツ もやし	こめ おおむぎ ひまわりあぶら でんぷん ゼリー	ひまわりあぶら	602	722
16 水	食パン	MILK	鶏肉と白菜のスープ ジャーマンポテト 大コーンサラダ いちごマーガリン	九州産の新じゃがと炒めたベーコン・玉ねぎで作るジャーマンポテトのかくし味は、黒こしょうです。	とりにく いとかまぼこ ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん パセリ	たまねぎ えのき はくさい にんにく だいこん キャバツ きゅうり コーン	しょくパン じゃがいも さとう いちごジャム	こめあぶら マーガリン	562	676
17 木	ごはん	MILK	ポークカレー ツナとスパゲティのサラダ カラマンダリン	給食センターのカレーは、ルウから手作りにしています。まろやかな特製カレーを味わってください。	ぶたにく ツナ	ぎゅうにゅう スキムミルク	にんじん	しょうが にんにく たまねぎ りんご キャバツ きゅうり カラマンダリン	こめ おおむぎ じゃがいも こむぎこ スパゲティ	こめあぶら バター	617	747
18 金	黒糖パン	MILK	春雨スープ ポテトとウィンナーの青のり風味 千キンサラダ	鶏ガラを朝からじっくり煮出してとっただけで作る春雨スープは、本格的なおいしさですよ。	ぶたにく ウィンナー サラダチキン	ぎゅうにゅう あおのり	にんじん	たまねぎ しょうが はくさい ながねぎ キャバツ きゅうり レモン	こくとうパン ひまわりあぶら	ひまわりあぶら	653	791

入学・進級おめでとう

うらかな春の日生しのもと、ピカピカの新生活を迎え、新学期が始まりました。ご入学・ご進級おめでとうございます。4月は新しい生活への期待に胸を膨らませる一方で、環境が変わり、疲れやストレスがたまりやすくなる時期でもあります。夜は早めに寝て、朝食をしっかり食べてから登校することが大切です。今年度も、安心・安全でおいしい給食を提供できるよう職員一丸となって取り組んでまいります。学校給食へのご理解・ご協力のほど、よろしくお願ひ致します。



毎月の献立表やホームページをご覧ください!

毎月配布している献立表には、献立名や使用している食材、食育に関する内容、給食レシピなどを掲載しています。また、学校給食センターのホームページでは、給食献立の写真やおたよりを公開しています。おたよりの上の部分のQRコードを読み取り、ぜひアクセスしてみてください。



学校給食センターでは、約660人分の給食を、所長、栄養教諭(栄養士)、食物アレルギー担当栄養士、調理員10名、運転手3名で、「おいしく栄養バランスがよく、安心安全な給食」を目標に心をこめて調理お届けします。よろしくお願ひいたします。



給食では旬の食材を取り入れています。骨のある魚、皮付きの果物など、食べるのにひと手間かかるものは面倒だからと敬遠されがちです。食べ方がわからない場合もありますので、ご家庭でも食べ方を教えていただければと思います。また、給食で初めて食べる食品でアレルギー症状が出る場合があります。献立表を確認いただき、食べたことのない食品がある場合は、ご家庭で事前に試していただくとう安心です。

