

4月の給食目標は「学校給食について考えよう」



学校給食予定献立表

令和7年度 第607号

塩分・脂質平均栄養価は

	低学年	中学年	高学年	中学生
エネルギーkcal	620	662	699	771
塩分g	2.2	2.4	2.5	2.9
脂質g	19.4	20.0	20.4	22.1

月		火		水		木		金		
献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	
7 麦入りごはん 豆腐のすまし汁	(低)550 (中)594 (高)637 (中学)683 低29.8 中30.8 高31.7 中学32.7 豆腐、大根、人参、長ねぎ かつおだし、料理酒、食塩 鯛だし【小麦、さば、大豆】	8 ごはん じゃがいもの味噌汁 あじフライ	(低)615 (中)656 (高)698 (中学)744 低24.5 中25.4 高26.1 中学27.2 じゃがいも、玉葱、長ねぎ かつおだし、みそ あじ、パン粉、小麦粉 食塩【小麦】	9 茹でうどん 五目うどん 大学いも	(低)653 (中)689 (高)703 (中学)766 低23.6 中25.5 高26.5 中学29.8 豚肉、刻み揚げ、長ねぎ もやし、三温糖、料理酒 みりん、しょうゆ かつおだし さつまいも、白ごま 大学いも用たれ 【小麦、大豆】	10 ごはん 中華スープ 肉焼売 チンジャオロースー	(低)599 (中)639 (高)680 (中学)723 低27.4 中28.4 高29.2 中学30.2 豆腐、白菜、人参、長ねぎ、白ごま 醤油ラーメンスープ 【小麦、大豆、鶏肉、豚肉、ごま】 しょうゆ、食塩、こしょう 鶏肉、コーン、人参、豚脂、玉葱、豚肉 植物性たん白、ほうれん草、生姜 でん粉加工食品、パン粉、みりん 小麦粉、砂糖、食塩、しょうゆ、香辛料 水あめ混合異性化液糖、酵母エキス 【鶏肉、豚肉、小麦、大豆】 青ピーマン、豚肉、たけのこ水煮、玉葱 青椒肉絲ソース【小麦、大豆、鶏肉】 料理酒、しょうゆ、でん粉	11 麦入りごはん 黄金豚のハヤシライス アロニア入りヨーグルト和え	イベント食「地産地消の白」 (低)674 (中)733 (高)793 (中学)875 低25.0 中27.2 高29.1 中学32.4 豚肉、じゃがいも、玉葱、人参 チーズ、バター、生クリーム 赤ワイン、ウスターソース トマトピューレ、食塩、こしょう エスパニョールソース、ハヤシルウ 【乳、小麦、大豆、りんご、豚肉、鶏肉、バナナ】 アロニアパウダー、ヨーグルト みかん缶、白桃缶 ナタデココ、上白糖	
14 ごはん どさんこ汁 メンチカツ 無限！白菜！！	(低)665 (中)712 (高)756 (中学)810 低22.6 中24.2 高25.6 中学27.7 豚肉、じゃがいも、大根、長ねぎ コーン、ごぼう、生姜、にんにく かつおだし、みそ 豚肉、鶏肉、キャベツ、玉葱、砂糖 粒状植物性たん白、パン粉、食塩 しょうゆ、香辛料、小麦粉 コーンフラワー、植物油脂 【小麦、大豆、鶏肉、豚肉】 白菜、白ごま、ラー油【ごま】 鶏ガラスープ、にんにくパウダー ごま油、しょうゆ	15 チキンライス クリーム煮 キャベツナサラダ	(低)591 (中)645 (高)699 (中学)775 低19.9 中21.2 高22.7 中学24.6 トマトソース(トマトペースト、醸造酢) 人参、鶏肉、食用油脂、砂糖、食塩、コーン チキンエキス、乾燥玉葱、オニオンエキス オニオンペースト、香辛料、酵母エキス 魚介エキス、野菜エキス じゃがいも、ウィンナー【鶏肉、豚肉、 大豆】、ブロッコリー、玉葱、チーズ 生クリーム、牛乳、バター、こしょう チキンコンソメ、食塩 ベシヤメルソース、ホワイトルウ 【乳、小麦、大豆、豚肉】 キャベツ、まぐろ水煮 和風玉葱ドレッシング【小麦、大豆】	16 茹でラーメン 博多とんこつ ラーメン 春巻き	イベント食「九州ご当地メニュー」 (低)545 (中)582 (高)591 (中学)652 低24.3 中26.3 高27.2 中学30.4 豚肉、白菜、人参、長ねぎ カットわかめ、こしょう 白湯スープ、チンタンスープ、 【乳、小麦、牛肉、ごま、大豆、鶏肉、 豚肉、ゼラチン】 キャベツ、もやし、人参、玉葱 鶏肉、たけのこ水煮、イヌリン でん粉、豚脂、春雨、大豆油 しょうゆ、粒状大豆たん白、食塩 酵母エキス、香辛料、小麦粉、ぶどう糖 【鶏肉、豚肉、小麦、大豆】	17 スライスパン ポトフ ハンバーグ マカロニサラダ	(低)654 (中)665 (高)675 (中学)745 低28.4 中29.0 高29.5 中学32.2 鶏肉、じゃがいも、玉葱、人参 白ワイン、チキンコンソメ プイヨングラニユール、こしょう 鶏肉、玉葱、ペースト状植物性たん白 パン粉、豚脂、粒状植物性たん白、食塩 マーガリン、しょうゆ、牛肉エキス 生姜、ウスターソース、トマトケチャップ 砂糖、香辛料、ぶどう糖、乾燥卵白 水あめ、清酒、チキンエキス 【卵、乳、鶏肉、小麦、大豆、豚肉、 りんご、牛肉】 エクセルマカロニ、キャベツ ささみ水煮、サラダ油、すし酢【小麦】 ノンエッグマヨネーズ、上白糖 食塩、こしょう	18 麦入りごはん 中華丼 春雨サラダ	(低)596 (中)648 (高)723 (中学)767 低26.4 中28.6 高35.2 中学34.2 豚肉、むきえび、いか たけのこ水煮、白菜、玉葱 生姜、でん粉、料理酒、こしょう チキンコンソメ 鶏ガラスープ、塩ラーメンたれ 【小麦、大豆、鶏肉、豚肉、りんご】 春雨、きゅうり、人参 まぐろ水煮 塩中華ドレッシング	
21 ごはん 味噌けんちん汁 発芽玄米つくね きんぴら	(低)612 (中)659 (高)707 (中学)760 低25.7 中27.3 高28.6 中学30.7 鶏肉、里芋、大根、長ねぎ 刻み揚げ、豆腐 かつおだし、みそ 鶏肉、パン粉、粉末状大豆たん白、玉葱 でん粉、豚脂、発芽玄米、砂糖、食塩 酵母エキス、香辛料、しょうゆ 果糖ぶどう糖液糖、発酵調味料 カツオブシエキス、しょうゆ調味料 【鶏肉、豚肉、小麦、大豆】 ごぼう、人参、白ごま、ごま油、三温糖 みりん、かつおだし、しょうゆ	22 麦入りごはん お祝いポーク カレー フルーツゼリー 和	イベント食「入学・進級おめでとう」給食 (低)630 (中)690 (高)748 (中学)826 低20.5 中22.2 高24.1 中学26.7 豚肉、じゃがいも、玉葱、赤ワイン 桜型抜き人参、にんにく 豆乳クリーム、ウスターソース トマトピューレ、チキンコンソメ フライドオニオン カレールウ 【小麦、大豆、鶏肉、牛肉、バナナ】 みかん缶、パイナップル、りんご缶 カクテルゼリー 【りんご、もも、大豆】 マスカットゼリー 【りんご】	23 茹でうどん 関西風うどん ちくわの磯辺揚げ	(低)616 (中)661 (高)680 (中学)846 低29.9 中32.1 高33.6 中学40.5 鶏肉、玉葱、カットわかめ 長ねぎ、刻み揚げ、みりん 料理酒、関西うどんだし 【小麦、大豆】 魚肉すり身、でん粉 難消化性デキストリン、砂糖 植物油脂、食塩、魚醤 粉末状植物性たん白 ドロマイト、小麦粉、あおさ しょうゆ 【小麦、大豆】	24 プレーンパン 春の旬菜スープ 肉団子 ポテトサラダ はちみつ&マーガリン	(低)651 (中)656 (高)661 (中学)807 低21.9 中22.3 高22.5 中学28.0 ウィンナー【鶏肉、豚肉、大豆】、キャベツ 玉葱、たけのこ水煮、にんにく、白ワイン 食塩、こしょう、チキンコンソメ プイヨングラニユール 鶏肉、豚肉、粒状植物性たん白、玉葱 豚脂、パン粉、粉末状植物性たん白、砂糖 しょうゆ、食塩、チキンブイヨン、大豆油 醸造酢、植物油脂、ポークエキス オイスターエキス 【鶏肉、豚肉、大豆、小麦、ごま】 じゃがいも、きゅうり、ポークハム【豚肉】 食塩、こしょう、上白糖 ノンエッグマヨネーズ はちみつ、食用植物油脂 食用精製加工油脂、食塩 バターミルクパウダー【乳、大豆】	25 ごはん 肉じゃが ささみカツ ごま和え	(低)584 (中)632 (高)678 (中学)734 低24.9 中26.2 高27.6 中学29.9 豚肉、じゃがいも、玉葱、人参 つきこんにゃく、みりん、料理酒 しょうゆ、三温糖、かつおだし 鶏肉、粉末状大豆たん白、食塩 香辛料、パン粉、小麦粉、米粉 植物油脂、砂糖、でん粉 【鶏肉、大豆、小麦】 白菜、もやし、白すりごま、三温糖 ごま油、しょうゆ	
28 わかめごはん さつまいもの味噌汁 鶏もも唐揚げ もやしのナムル	(低)624 (中)668 (高)712 (中学)764 低20.7 中21.7 高22.4 中学23.4 わかめ、還元水あめ、食塩 昆布エキス 酵母エキスパウダー さつまいも、玉葱、長ねぎ かつおだし、みそ 鶏肉、小麦粉、でん粉、しょうゆ 砂糖、大豆油、食塩、香辛料 チキンミートパウダー 【鶏肉、小麦、大豆】 もやし、人参、まぐろ水煮 和風ごまドレッシング 【小麦、大豆、ごま】	29 茹でスパゲティ ミートソース スパゲティ ハッシュポテト	(低)674 (中)724 (高)741 (中学)828 低28.9 中31.7 高33.0 中学37.5 豚ひき肉、大豆そぼろ 玉葱、人参、トマトピューレ トマトケチャップ、にんにく ウスターソース、バター、チーズ 三温糖、白ワイン、パセリ エスパニョールソース ハヤシルウ 【乳、小麦、大豆、鶏肉、豚肉、 りんご、バナナ】 馬鈴薯、玉葱、上新粉、食塩 植物油脂【大豆】	★学校給食費と食数	学校区分 1食あたりの単価 月額 年額(食数)	小学校 270円 4月~2月 4,400円 3月 3,710円 52,110円(193食)	中学校1・2年生 330円 4月~2月 5,400円 3月 3,960円 63,360円(192食)	中学校3年生 4月~2月 5,200円 3月 2,860円 60,060円(182食)	★給食費の納入方法	毎月月末に口座振替されます。 (振替日が休日の場合は金融機関等の翌営業日) ・詳細は、後日配布する 「令和7年度学校給食費納入通知書」をご確認ください。 【注意!!】 ・4・5月の2ヵ月分だけは5月末に合算されます。 ・振替不能の場合は、翌月に合算して引き落とされます ので残高不足にご注意ください。 ・事情により、納入できない場合は、 必ず納付相談を行ってください。 ★お問い合わせ だて歴史の社食育センター TEL0142-23-4019
4・5月分(2ヵ月分)の給食費の 口座振替日は6月2日(月)です。 ※残高不足にご注意下さい										

●牛乳は毎日つきます。
●都合により献立の一部を変更する場合があります。
●食材上段の数字は、上がエネルギー(kcal)、下がたんぱく質(g)です。
●お魚には骨が付いている場合もあります。ささらないように取り除く
など注意して食べましょう。
●お玉、トング、ごはんへらは食具専用かごの中に入れてください。
※食物アレルギーの表記について
●■の中に日付が書いてある日は、卵・乳が使われている献立です。
●【 】内に特定原材料及び特定原材料に準ずるアレルゲンに記載
しています。
●茹でスパゲティは、同一製造ラインで、卵、そばを使用する製品を
製造しています。
●スライスパンは、同一製造ラインで、卵を使用する製品を製造して
います。

学校給食について考えよう!

学校給食は「食」を学ぶ時間です!

学校給食は単なる食事の時間ではなく、「学校給食法」に基づき実施される教育活動です。栄養バランスのとれた食事を提供することで、成長期にある子どもたちの健全な発達を支えることはもちろん、健康に良い食事や食文化、地場産物、食事のマナーなど、さまざまなことを学ぶための時間です。



学校給食の目標のポイント

※「学校給食法」第二条より抜粋・要約

- 1** 適切な栄養の摂取による健康の保持増進。
- 2** 食事について正しい理解を深め、健全な食生活を育む判断力や望ましい食習慣を養う。
- 3** 明るい社会性と協同の精神を養う。
- 4** 自然の恩恵への理解を深め、生命、自然を尊重する精神や環境の保全に寄与する態度を養う。
- 5** 食生活が多くの人の労働に支えられていることを理解し、感謝する。
- 6** 伝統的な食文化を理解する。
- 7** 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。

給食を食べるときは、以下のことに気をつけましょう。

- よい姿勢で食べる。
- 食べやすい大きさにして、よくかんで食べる。
- 食事にふさわしい話をする。
- 食器は大切に使う。

良い姿勢で食べることや、食べやすい大きさにして、よくかんで食べることで、喉を詰まらせることを防ぎ、給食時間を安全に過ごすことにつながります。口に食べ物を入れたまま遊ぶ・話すことは、のどを詰まらせる原因となり、大変危険な行為ですのでやめましょう。ご家庭でも食事中的お子さんの様子に注意しましょう。



金盛堂さん おいしいパンありがとう



約50年にわたり学校給食のコッパンを作っていたいただきました「金盛堂」さんが令和7年3月で提供を終えることとなりました。長い間、ありがとうございました。



<だて歴史の杜食育センター>

だて歴史の杜食育センターでは、約30人の調理員さんたちが毎日、約2,300人分の学校給食を作っています。

<学校給食の基本構成>

文部科学省が定める「学校給食摂取基準」に基づき、各学年に応じた量を提供しています。



副菜
(主に野菜・果物・きのこ類などの料理)
病気に負けない体を作り、お腹の調子を整えてくれます。

主食
(主にごはん・パン・麺・いもなどの料理)
体や脳を動かすエネルギーになるはたらきがあります。
お米は伊達産「ななつぼし」を使用しています。

主菜
(主に肉・魚・卵・豆製品などの料理)
血や肉といった体を作るはたらきがあります。

牛乳
成長に必要なカルシウムを補うため、毎日提供しています。牛乳は伊達産を使用しています。

汁物
みそ汁やスープなど、その日のご飯やおかずに合わせてうす味を心がけて作っています。水分をとることも大切な目的のひとつです。

<イベント食>

楽しんで給食を食べてもらえるように「イベント食」という日を設けています。

11日

地産地消の日

伊達市の黄金豚を使用した「黄金豚ハヤシライス」と大滝区のアロニアを使用した「アロニア入りヨーグルト和え」が提供されます!

16日

九州ご当地メニュー

福岡県のご当地グルメ「博多とんこつラーメン」が登場します!福岡県久留米市のラーメン屋台が発祥といわれています!

22日



入学・進学おめでとうございます! 「お祝いポークカレー」に、桜型の人参が入っていますよ~♪♪♪ 食べる時に探してみてくださいね~!!

今月のイベント食