

4月 きゅうしょくこんだて

令和6年度 静岡市立清水興津小学校
(実施予定回数13回)



令和6年度静岡市小学校給食年間献立作成テーマ
「食べ物のひみつを探して 楽しく 食べよう」
静岡県や他県の郷土料理、行事食、食材の旬、味付けのひみつなど、
給食を通じて食の大切さや楽しさを感じてもらいたいと思います。

日	曜日	献立	おもなざいりょうとはたらき			ひとくち一口メモ				
			あか	みどり	きいろ	栄養量				
			血や肉や骨になる	体の調子を整える	ねつや力になる	エネルギー Kcal	たんぱく質 g	カルシウム mg	塩分 g	
11	木	カレーライス	ぶたにく	たまねぎ にんじん トマト りんご しょうが にんにく	こめ むぎ じゃがいも あぶら カレールウ	今年度初日の給食はみんなが大好きなカレーです。春キャベツのサラダと合わせて食べましょう。今年度もよろしくお祈りします。	641	23.1	335	2.3
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							
		はるキャベツのサラダ		キャベツ コーン きゅうり	コーンドレッシング					
		チーズ	チーズ							
12	金	マーガリンパン			パン マーガリン さとう	こふきいもとは、大きく切ったじゃがいもを茹でた後に、炒って水気を飛ばした料理です。名前の由来は、じゃがいもの表面が粉を吹いたようにみえるからです。	561	22.3	365	2.2
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							
		ハンバーグ	とりにく ぶたにく	たまねぎ トマト にんにく しょうが	あぶら さとう デミグラスソース					
		こふきいも			じゃがいも					
		やさいスープ		たまねぎ キャベツ チンゲンサイ コーン にんじん						
15	月	むぎごはん			こめ むぎ	生揚げは大豆から作られる食品の1つです。血や肉や骨のもとになるたんぱく質が多く含まれるので、しっかり食べたい食品の1つです。今日は生揚げをカレー一味に炒めます。	666	26.2	442	1.7
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							
		なまあげのカレーいため	なまあげ ぶたにく	たまねぎ はねぎ にんにく	あぶら					
		ごもくちゅうかスープ	とうふ とりにく	チンゲンサイ もやし しめじ コーン しいたけ						
		いちごゼリー		いちご	とうるい					
16	火	こくとうみつパン			パン こくとうみつ	給食のパンは学年によって大きさが違います。それぞれの体に見合った量を提供します。興津小学校のパンは清水製パンさんが作ってくれています。	535	18.3	338	2.4
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							
		ツナコロツケ	まぐるあぶらづけ	たまねぎ	じゃがいも さとう マツホホト あぶら パンこ こめこ こむぎこ					
		こまつなとコーンのソテー		キャベツ こまつな コーン	あぶら					
		ミネストローネ	ベーコン	たまねぎ チンゲンサイ トマト キャベツ にんじん	マカロニ					
17	水	むぎごはん			こめ むぎ	和食は日本人の伝統的な食文化で、世界的にも注目されています。給食でも子どもたちに和食のよさを伝えていきたいと考えています。みそ汁などの汁物は、出汁をしっかりととり、塩分を控えめにするよう心がけています。	615	26.4	459	2.0
		かつおふりかけ	かつおぶし のり あおさ	かぼちゃ まつちや	こめ さとう こむぎこ					
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							
		あつやきたまご	たまご		さとう でんぶん あぶら					
		だいたいのいそに	だいたい あぶらあげ ひじき まぐるあぶらづけ	にんじん こんにやく いんげん	さとう あぶら					
		なまあげのみそしる	なまあげ みそ	こまつな えのきだけ にんじん						
18	木	りんごパン		りんご	パン さとう	洋風おでんは、カレー味のおでんです。とり肉、ウインナー、こんぶ、たまねぎ、こんにやく、にんじん、いんげん、じゃがいもが入ります。	495	19.9	309	2.1
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							
		ようふうおでん	とりにく ウインナー こんぶ	たまねぎ こんにやく にんじん いんげん	じゃがいも					
		ミックスベジタブルソテー	ベーコン	コーン にんじん グリンピース いんげん えだまめ	あぶら					
19	金	せきはん			こめ もちこめ あずき こめ	日本のお祝い事には赤飯が欠かせません。日本では古くから赤い色には邪気を払う力があると信じられてきました。今日は入学・進級のお祝いの気持ちをこめて作ります。	546	21.0	330	1.9
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							
		たらフライ	スケソウダラ		パンこ こむぎこ あぶら					
		にびたし	あぶらあげ	キャベツ こまつな						
		じゃがいものみそしる	みそ	たまねぎ えのき こまつな	じゃがいも					
22	月	むぎごはん			こめ むぎ	毎月、献立の中に「ふるさと給食の日」を設けています。この日は、県内産の食材をたくさん取り入れます。黒はんぺんは静岡県の地場産物の1つです。	578	22.4	291	2.1
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							
		くろはんぺんのフライ	さば いわし たら		でんぶん さとう パンこ こむぎこ あぶら					
		たけのこのそぼろに	とりにく	たけのこ にんじん しいたけ グリンピース	さとう でんぶん					
だいこんのみそしる	とうふ みそ	だいこん ごぼう にんじん								

地場産物の
黒はんぺんです

県内産の
たけのこです



23	火	ソフトめん			ソフトめん	ソフトめんは学校給食用に作られためんです。ミートソースとじょうずにからめて食べましょう。	619	26.7	556	1.8
		ミートソース	ぶたにく チーズ	たまねぎ にんじん グリンピース しいたけ しょうが にんにく	あぶら					
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							
		パインサラダ		キャベツ パイン きゅうり	あぶら さとう					
		ヨーグルト	ヨーグルト							
24	水	むぎごはん			こめ むぎ	魚には骨が残っている場合があります。食べるときには気をつけて食べましょう。	535	25.9	303	2.1
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							
		さけのしおやき	さけ		あぶら					
		はくさいづけ	しおこんぶ	はくさい きゅうり	ごま					
		とんじる	ぶたにく とうふ みそ	だいこん ごぼう にんじん はねぎ						
25	木	マーガリンパン			パン マーガリン さとう	今日のサラダにはいっている、ななめに切つてある野菜はアスパラガスです。春から初夏が旬の野菜です。	566	20.5	347	1.9
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							
		ホワイトシチュー	とりにく ぎゅうにゅう チーズ	たまねぎ にんじん いんげん	じゃがいも こむぎこ バター あぶら なまクリーム					
		グリーンサラダ		キャベツ きゅうり アスパラ	あぶら さとう					
26	金	むぎごはん			こめ むぎ	給食では牛乳が必ずつきます。それは良質なたんぱく質や成長期に必要なカルシウムがたくさん入っているからです。	596	27.1	415	2.0
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							
		マーボー豆腐	とうふ ぶたにく みそ	たけのこ ねぶかねぎ はねぎ しいたけ にんにく しょうが	さとう ごまあぶら でんぶん					
		ナムル		もやし ほうれんそう にんじん	さとう ごまあぶら ごま					
30	火	チキンピラフ	とりにく	たまねぎ にんじん コーン グリンピース	こめ むぎ あぶら	「ピラフ」は洋風の炊き込みごはんです。鶏肉が入ったチキンピラフや、えびが入ったえびピラフなどがあります。	658	24.9	276	2.8
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							
		トマトオムレツ	たまご	トマト たまねぎ	マヨネーズ みずあめ さとう あぶら でんぶん					
		ポトフ	とりにく ウインナー	たまねぎ だいこん キャベツ にんじん いんげん	じゃがいも					
		あまなつみかんゼリー		あまなつ	さとう					

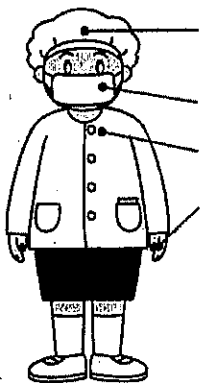
- 物資の都合により、献立を変更する場合があります。
- 食材の使用については今後さらに安全確認に努めています。
- 表記されている栄養価は小学校3・4年生の数値です。
- 給食費は全て食材料費に使用しています。
- 学校給食センターや小中学校の給食室では調理員を募集しています。

注意

- めん類の製造過程で卵、そばが混入する可能性があります。
- パンの製造過程で卵、落花生、アーモンド、オレンジ、くるみ、ごま、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、りんご、ゼラチン等が混入する可能性があります。

イラスト出典：学校給食

給食当番は、身支度をきちんと整えましょう



髪の毛が出ないように、ぼうしをしっかりとかぶる

マスクで鼻と口をおおう

清潔な給食着を身につける

爪は短く切っておき、手をきれいに洗う

※調子が悪い人は、給食当番はできません。担任の先生に知らせてください。

令和6年度静岡市学校給食年間献立作成テーマ

「食べ物のひみつを探して 楽しく 食べよう」

静岡県や他県の郷土料理から地域の異なる食文化への理解を深めたり、行事食、食材の旬、味付けのひみつなど、子どもたちに給食を通して食の大切さや楽しさを感じてもらいたいと思います。「多様な食文化」を理解できるよう、今年度は日本各地の料理を6都道府県分献立に取り入れていきます。

静岡市の学校給食専用のウェブサイトです。

家庭配付用献立表や各種おたより、給食レシピ等が掲載されています。ぜひご利用ください。



お知らせ

給食は年間180回です。

- 入院などの長期欠席の場合には給食を停止することもできますので、速やかに担任へご相談ください。
- 社会科見学等で学年全体で欠食した場合、学年会計に繰り入れさせていただきます。
- 市内一斉で給食中止の場合、牛乳代は返金対象になります。

給食がはじまります!



お願い

- 給食当番は週の終わりに白衣を持ち帰りますので、洗濯をお願いします。その際、ボタンのほつれ等ありましたら、簡単な補修をお願いします。
- マスクは普段しているものと兼用で構いませんが、汚れてしまった場合に備え、予備のマスクを持参することをおすすめします。

