

4月 給食献立表



給食レシピを公開しています!



小学校


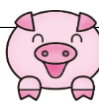


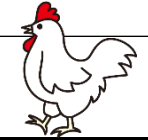
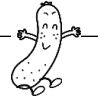
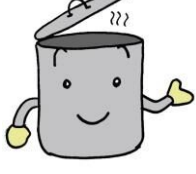





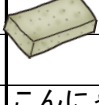



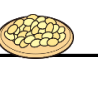







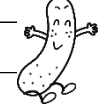

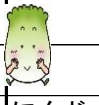




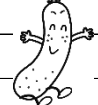

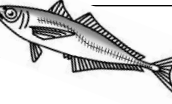



Aブロック



梅ヶ島小中学校



日(曜)	献立	主に体を作る たんぱく質、無機質を多く含む	主に体の調子を整える カロテン、ビタミンCを多く含む	主に力や熱のもとになる 炭水化物、脂質を多く含む	調味料	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) カルシウム (mg)	備考
11 (木)	米飯			米		676 20.0 361	入学進級 お祝い献立 祝*入学
	牛乳	牛乳					
	ポークカレー	豚肉	にんじん たまねぎ りんご しょうが にんにく	大豆油 じゃがいも	赤ワイン こしょう チャツネ カレールウ カレー粉 トマトケチャップ フィッシュカルシウム 中濃ソース		
	コーンサラダ		とうもろこし キャベツ きゅうり		青じそドレッシング		
	二色ゼリー	寒天	みかん いちご	砂糖			
12 (金)	減量ミルク食パン	スキムミルク		パン		620 25.7 405	血液を作る 食べ物 「あさり」
	牛乳	牛乳					
	オムレツ	鶏卵	たまねぎ しめじ	大豆油 砂糖	トマトケチャップ 塩 中濃ソース 酢		
	野菜サラダ		キャベツ 小松菜 赤ピーマン 枝豆		フレンチドレッシング		
	クラムチャウダー	鶏肉 あさり 牛乳	たまねぎ にんじん 	大豆油 じゃがいも 小麦粉 マーガリン	こしょう 白ワイン コンソメスープの素 塩		
15 (月)	米飯			米		663 24.6 433	骨や歯を丈夫にする食べ物 「切干大根」
	牛乳	牛乳					
	五目半ぺんのごま揚げ	五目半ぺん 鶏卵		小麦粉 ごま 大豆油			
	切干大根の煮物	油揚げ	切干大根 にんじん こんにゃく	砂糖	かつおだし 醤油 みりん		
	豚汁	豚肉 豆腐 みそ	ごぼう しめじ ほうれん草 根深ねぎ		かつおだし		
16 (火)	米飯			米		697 27.6 526	ごま油の香りを たのしもう
	牛乳	牛乳					
	麻婆豆腐	豚肉 豆腐	にんにく 生姜 たまねぎ にんじん しいたけ 根深ねぎ 	大豆油 砂糖 ごま でんぷん ごま油	酒 中華スープの素 テンメンジャン オイスターソース 醤油 トウバンジャン		
	リャンパン	ポークハム	キャベツ きゅうり	春雨	棒々鶏ドレッシング		
	しゅうまい	豚肉	たまねぎ しょうが	パン粉 でんぷん 砂糖 小麦粉	塩		
17 (水)	減量ミルク食パン	スキムミルク		パン		598 25.1 315	旬の食べ物 「新たまねぎ、 グリーン アスパラガス」
	ツナサンド	まぐろ油漬	キャベツ とうもろこし	マヨネーズ	こしょう		
	牛乳	牛乳					
	春のポトフ	鶏肉	にんじん 新たまねぎ グリーンアスパラガス	じゃがいも	コンソメスープの素 こしょう 塩 とりがらすープ		
	パインアップル缶		パインアップル				
18 (木)	米飯			米		684 23.8 400	だしを味わおう
	牛乳	牛乳					
	鶏肉とじゃがいものみそからめ	鶏肉 みそ	生姜 にんじん 	でんぷん 小麦粉 じゃがいも 大豆油 砂糖 アーモンド	酒 醤油 みりん		
	和風サラダ	油揚げ	キャベツ 小松菜		和風ドレッシング		
	すまし汁	豆腐 わかめ	大根 えのきたけ 葉ねぎ		かつおだし 塩 薄口醤油		
19 (金)	米飯			米		598 23.0 355	ふるさと給食 「こんにゃく」
	牛乳	牛乳					
	おでん	豚肉 昆布 生揚げ さつまあげ	こんにゃく 大根	砂糖 じゃがいも	かつおだし 醤油 みりん フィッシュカルシウム		
	おひたし		ほうれん草 キャベツ にんじん		醤油 かつおだし		
	きよみ		きよみ				

日(曜)	献立	主に体を作る たんぱく質、無機質を多く含む	主に体の調子を整える カロテン、ビタミンCを多く含む	主に力や熱のもとになる 炭水化物、脂質を多く含む	調味料	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) カルシウム (mg)	備考
22 (月)	減量ミルク食パン	スキムミルク		パン		629	旬の食べ物 「春キャベツ」 
	牛乳	牛乳				24.2	
	メンチカツ	豚肉 	たまねぎ  	でんぷん パン粉 砂糖 小麦粉 大豆油	塩	331	
	グリーンサラダ		新キャベツ きゅうり		中濃ソース		
	野菜スープ	鶏肉 	にんじん たまねぎ チンゲンサイ とうもろこし 		こしょう 醤油 塩 とりがらスープ コンソメスープの素		
23 (火)	米飯			米		598	ふるさと給食 「新たまねぎ」 
	二色丼	まぐろ油漬 鶏卵 	生姜 枝豆 	砂糖 植物油	醤油 酒 塩	24.1	
	牛乳	牛乳 	キャベツ 小松菜 もやし 		ごまドレッシング	391	
	ごまドレッシングサラダ						
	新たまねぎのみそ汁	豆腐 わかめ みそ	大根 新たまねぎ 根深ねぎ 		かつおだし		
24 (水)	米飯			米		659	よくかんで あごを きたえよう 
	牛乳	牛乳				25.9	
	肉じゃが	豚肉 	こんにゃく しいたけ  にんじん たまねぎ	じゃがいも 砂糖 	かつおだし 酒 醤油 みりん フィッシュカルシウム	458	
	春キャベツの即席漬け	塩昆布	新キャベツ 				
	大豆といりこのポリポリ揚げ	大豆 かえり煮干し 		でんぷん 大豆油 砂糖 ごま	醤油 みりん		
25 (木)	ソフトめん			ソフトめん		665	季節を感じる 料理 「ミモザサラダ」  
	ミートソース	牛肉 豚肉  	にんにく 生姜 たまねぎ にんじん トマト トマトピューレ	大豆油 砂糖	塩 赤ワイン こしょう オールスパイス フィッシュカルシウム ハヤシルウ デミグラスソース 中濃ソース トマトケチャップ コンソメスープの素 チャツネ 	25.9	
	牛乳	牛乳	 			422	
	ミモザサラダ	鶏卵	キャベツ きゅうり ほうれん草 	植物油 マヨネーズ	こしょう 塩		
	ヨーグルト	ヨーグルト					
26 (金)	米飯			米		610	骨や歯を丈夫に する食べ物 「焼き豆腐」 
	牛乳	牛乳				23.7	
	焼き豆腐の中華煮	焼き豆腐 豚肉   ちくわ	にんじん しいたけ 白菜 チンゲンサイ	大豆油 砂糖 でんぷん	中華スープの素 オイスターソース 醤油	321	
	パンバンジー 黄桃缶	鶏肉 	キャベツ きゅうり 黄桃 		棒々鶏ドレッシング		
30 (火)	米飯			米		606	魚を食べよう 「あじ」 
	牛乳	牛乳 				24.8	
	あじの南蛮漬け	あじ	たまねぎ 黄ピーマン 	でんぷん 小麦粉 大豆油 砂糖	酢 醤油 	405	
	野菜のごま和え		にんじん キャベツ ほうれん草 	ごま 砂糖	醤油		
	みそ汁	油揚げ 豆腐 みそ	大根 しめじ 葉ねぎ		かつおだし		

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～

今年度も安心安全でおいしい給食を提供できるよう努めていきます。
どうぞよろしくお願いいたします。

ほくはしょっかんくん！
静岡市学校給食のキャラクターだよ！



☆パンの製造過程でくるみ、卵、落花生、アーモンド、オレンジ、カシューナッツ、ごま、大豆、豚肉、もも、りんご、ゼラチンが混入する可能性があります。
☆米飯の製造過程でえび、小麦、卵、ごま、大豆、鶏肉、豚肉が混入する可能性があります。
☆給食費はすべて食材費に使われています。光熱費や人件費などの諸費用は静岡市が負担しています。
☆学校給食センターでは調理員や配送員を募集しています。
※イラスト:「食育ブック」「給食ニュース大百科」「食育サポート集」(少年写真新聞社)、「10分でできる食育グッズ」(たんぼぼ出版)、「食育クイズ&ワークシート集」(全国学校給食協会)、ワークシート集(全国学校給食協会)、「こども年中行事カット」(マール社)のイラストを使用しています。