

日 (曜日)	こんだてめい	おもなざいりょうとはたらき			栄養量 (中学年) エネルギー たんぱく質 カルシウム 食塩	一口メモ
		ちやにくになる	からだのちょうしをととのえる	ねつやちからになる		
11日 (木)	きなこあげパン	きなこ		ねじりパン あぶらさとう	648 24.7 373 1.7	給食が始まります。1日目は船越小で人気のあげパンです。食べる前はしっかり手を洗いましょう。
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	じゃがいものベーコンに	ベーコン とりにく	にんじん たまねぎ キャベツ パセリ	じゃがいも		
	あじつけにぼし	にぼし		さとう		
	あまなつみかん		あまなつみかん			
12日 (金)	むぎごはん			こめ むぎ	594 27.4 363 2.2	和食はユネスコ無形文化遺産に登録されています。ごはんを中心に、主菜、副菜、汁物とすることで栄養バランスが整いやすいです。
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	さけのしおやき	さけ				
	きりぼしだいこんのふくめに	あぶらあげ	だいこん にんじん とうもろこし グリンピース	あぶら さとう		
	みそしる	とうふ みそ	たまねぎ えのきだけ こまつな	じゃがいも		
15日 (月)	カレーライス (むぎごはん、ポークカレー)	ぶたにく	しょうが にんにく たまねぎ にんじん りんご トマト	こめ むぎ あぶら じゃがいも	590 19.5 283 1.9	1年生の給食が始まります。船越小でも人気のカレーライスです。給食準備もがんばりましょう。
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	かいそうサラダ	わかめ こんぶ のり	きゅうり キャベツ	ドレッシング		
16日 (火)	こめこパン			ロールパン こめこ	591 25.0 295 2.3	とり肉のトマト炒めは、とり肉とトマトを煮込んで作ります。とり肉の栄養は、体をつくるものになります。
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	とりにくのトマトいため	とりにく	たまねぎ トマト とうもろこし	あぶら パター こんぶ こむぎ マカロニ		
	ポテトスープ	ベーコン	にんじん チンゲンサイ もやし	じゃがいも		
17日 (水)	せきはん ごましお	あずき		もちこめ こめ ごま	598 21.4 384 2.1	入学・進級をお祝いした献立です。お祝い事なので、お赤飯を炊きます。デザートはお祝いのいちごゼリーです。
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	キャベツいりつくね	とりにく	キャベツ しょうが	あぶら さとう でんぶん		
	にびたし		こまつな はくさい しめじ			
	みそけんちんじる	とうふ あぶらあげ みそ	ごぼう こんにゃく にんじん だいこん はねぎ	じゃがいも ごまあぶら		
	おいおいデザート	とうにゅう	いちご	さとう		
18日 (木)	くろざとうパン			ロールパン くろざとう	595 22.6 315 2.7	ツナコロッケは、お肉の代わりに甘辛く味付したツナをじゃがいもと混ぜ合わせた和風のコロッケです。
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	ツナコロッケ	まぐる	たまねぎ	じゃがいも さとう マッシュポテト パンこ こめこ こむぎこ あぶら		
	チーホーサイ	ぶたにく	しょうが たけのこ にんじん キャベツ チンゲンサイ にはら	はるさめ あぶら さとう		
	きのこのスープ	ベーコン	えのきだけ しめじ たまねぎ			
19日 (金)	むぎごはん			こめ むぎ	609 25.7 372 2.0	たけのこは、春が旬の食べ物です。食物繊維が多く、お腹の調子をととのえてくれるはたらきがあります。
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	くろはんぺんのおちゃフライ	くろはんぺん	せんちゃ	あぶら でんぶん パンこ こむぎこ		
	たけのこのそぼろに	とりにく	にんじん たけのこ しいたけ グリンピース	さとう かたくりこ		
	みそしる	とうふ あぶらあげ みそ	だいこん はねぎ			
22日 (月)	むぎごはん			こめ むぎ	583 26.2 396 1.9	マーボー豆腐はひき肉や豆腐をみそで味付けて作ります。本来は辛い料理ですが、給食では食べやすいようにアレンジしています。
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	マーボー豆腐	ぶたにく とうふ みそ まめみそ	しょうが にんにく しいたけ たけのこ ねぎ	あぶら さとう かたくりこ ごまあぶら		
	ナムル		ほうれんそう にんじん もやし	さとう ごまあぶら ごま		



日 (曜日)	こんだてめい	おもなざいりょうとはたらき			栄養量 (中学年) エネルギー たんぱく質 カルシウム 食塩	一口メモ
		ちやにくになる	からだのちようしをととのえる	ねつやちからになる		
23日 (火)	マーガリンパン			ロールパン さとう マーガリン	629 27.8 370 2.8	給食のやきそばは、一度めんを油であげてから作っています。このひと手間がおいしさの工夫です。
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	やきそば	ぶたにく いか	キャベツ にんじん もやし しょうが	あぶら ちゅうかめん		
	たまごスープ	たまご	たまねぎ チンゲンサイ	かたくりこ		
	チーズ	チーズ				
24日 (水)	むぎごはん			こめ むぎ	597 23.2 412 1.7	生揚げは、豆腐を厚めに切って揚げて作ります。生揚げのカレー炒めは、肉や野菜と一緒にカレー風味に炒めます。
	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 にんにく はねぎ	さとう あぶら		
	ごもくちゅうかスープ		にんじん たけのこ チンゲンサイ もやし とうもろこし			
	りんごゼリー		りんご	さとう		
25日 (木)	げんまいパン			ロールパン げんまい	585 22.4 347 1.9	春キャベツは、名前の通り春に収穫されるキャベツで、葉がやわらかく、みずみずしいのが特徴です。
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	ホワイトシチュー	とりにく だいず チーズ ぎゅうにゅう とうにゅう	たまねぎ にんじん パセリ	じゃがいも あぶら バター こむぎこ なまクリーム		
	はるキャベツのサラダ		キャベツ きゅうり とうもろこし	ドレッシング		
26日 (金)	たけのこごはん	あぶらあげ	たけのこ にんじん	こめ	589 25.0 469 2.8	静岡市内でとれた葉ねぎとたけのこを使います。たけのこはごはん、葉ねぎは豚汁に使います。ふるさとの味を味わいましょう。
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	ししゃもフライ	ししゃも		パンこ こむぎこ ライむぎこ あぶら		
	そくせきづけ	こんぶ	キャベツ			
	とんじる	ぶたにく とうふ みそ	こんにやく ごぼう だいこん はねぎ	じゃがいも		
30日 (火)	ソフトめん	ぎゅうにく ぶたにく チーズ	しょうが にんにく たまねぎ にんじん マッシュルーム トマト	ソフトめん あぶら	625 27.1 562 1.8	ソフトめんは、静岡市内で作られています。手作りのミートソースとからめて味わいましょう。
	ミートソース					
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	コーンサラダ		キャベツ きゅうり とうもろこし	ドレッシング		
	ヨーグルト	ヨーグルト				

☆ 1年生は4月15日(月)から給食開始です。



☆ 給食がない学年：4月19日(金)1年生 保護者会のため
4月23日(火)5年生 防災センター見学のため

注意!! ※物資の都合により献立を変更する場合があります。
 ※麺類の製造過程でそば、卵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、牛肉、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。
 ※海産物はえび・かになどが混入する可能性があります。
 ※少年写真新聞社、全国学校給食協会のイラストを使用しています。
 ※栄養価は3・4年生の数値です。



令和6年度 静岡市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」

◎静岡市の学校給食についてホームページで紹介しています！
 献立表や給食レシピなど、静岡市の学校給食の情報を紹介しています。
 ご家庭の食事や食育にぜひご活用ください。

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。

小学校の待機調理員も募集しています。
 詳しくは学校までお問い合わせください。

静岡市 給食

検索

