



令和7年4月 給食献立表

静岡市立清水有度第一小学校

令和7年度静岡市学校給食献立作成テーマ

「感謝して食べよう 静岡のめぐみと食を支える人たち」

ご入学、ご進級おめでとうございます。

新しい学校、そして新しい学年、子どもたちは期待と不安を胸にいただいていることでしょう。そんな子どもたちを応援し、心と体の健やかな成長を支えていくために、今年度もおいしくて安全な給食を給食関係職員一同力を合わせて届けていきたいと思ひます。

日	曜日	献立名 =ふるさと給食の日 米と牛乳は100%県内産です。この日、それ以外の食品で県内産・加工されているものは、献立名や材料名の前に○がつけてあります。	おもな材料とはたらき			調味料など	エネルギー kcal たん白質g カルシウムmg 塩分g	お知らせ	
			あか 体をつくる	みどり 体のちようしをとのえる	きいろ ねつやカのもとになる				
11	金	むぎごはん			こめ むぎ		629	【みんなで協力】 給食の時間になったら、全員で、石鹸で手を洗い、マスクをしましょう。給食の準備や後片づけは大変ですね。一人ではできない仕事です。みんなで協力して行うようにしましょう。	
		カレー	ぶたにく チーズ しろいんげんまめ	しょうが にんにく にんじん たまねぎ マッシュルーム りんご	あぶら じゃがいも	ワイン こしょう ソース チャップン カレールウ スープストック ケチャップ	23.4		
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう						383
		かいそうサラダ	かいそうミックス	きゅうり キャベツ		ドレッシング			2.1
14	月	はっこうにゅう	はっこうにゅう				2.1		
		むぎごはん			こめ むぎ		603		
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう						21.6
		マーボーどうふ	○ぶたにく ○みそ どうふ	にんにく しょうが たまねぎ ○たけのこ ○はねぎ ねぶ かねぎ しいたけ にんじん	ごまあぶら あぶら でんぶん さとう	ちゅうかスープ オイス ターソース しょうゆ トウ パンジャン さけ			460
15	火	ナムル	ほうれんそう にんじん ○も やし	ほうれんそう にんじん ○も やし	さとう ごまあぶら ごま	す しょうゆ	2.4		
		りんごゼリー	りんご	りんご	どうるい				567
		やまがたしよくパン			パン			21.6	
		いちごジャム			いちごジャム			350	
16	水	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				2.1		
		クリームシチュー	とりにく ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん	じゃがいも あぶら バター こむぎこ	コンソメ とりがらスープ しお こしょう		594	
		グリーンサラダ		キャベツ きゅうり グリーンア スパラ	あぶら さとう	す しお こしょう		20.3	
		せきはん	あずき		こめ もちごめ ごま でんぶん	しお		432	
17	木	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				1.7		
		とうふハンバーグ	とりにく とうふ お から	たまねぎ にんじん にんにく しょうが	さとう あぶら でん ぶん	しお しょうゆ こうしんりょ う さけ みりん		576	
		つみれじる	いわし たら とうふ	だいこん こまつな はねぎ	でんぶん さとう あ ぶら	しょうゆ しお さけ かつ おのもと		21.7	
		おいわいいちごゼリー	とうにゅう	いちご	どうるい あぶら			305	
18	金	こめこいりロールパン			パン こめこ		1.8		
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					628	
		やきそば	ぶたにく いか	キャベツ もやし にんじん しょうが	むしめん あぶら	ソース しお こしょう スープストック		21.1	
		フルーツポンチ		パイン もも みかん ぶどう	どうるい			409	
21	月	チキンピラフ	とりにく	たまねぎ にんじん とうもろ こし	こめ むぎ あぶら	コンソメ しお	628		
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					21.1	
		オムレツ	たまご		さとう でんぶん あ ぶら	しお ケチャップ		409	
		ポトフ	ソーセージ	キャベツ たまねぎ	じゃがいも	コンソメ しお こしょう と りがらスープ		2.5	
22	火	とうにゅうプリン	とうにゅう		みずあめ さとう ショートニング	しお	2.5		
		むぎごはん			こめ むぎ		619		
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					23.4	
		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	さとう あぶら	しょうゆ さけ カレーこ ケチャップ しお		428	
22	火	ごもくちゅうかスープ		もやし こまつな にんじん たけのこ きくらげ	はるさめ	しょうゆ しお こしょう ちゅうかスープ とりがら スープ		1.7	
		アセロラゼリー		アセロラ	どうるい			583	
		くろざとういりロールパン			パン こくどうみつ			21.3	
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					335	
ツナコロッケ	まぐろあぶらづけ	たまねぎ	じゃがいも さとう パ ンこ こめこ こむぎ こ あぶら	しょうゆ しお		2.6			
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		335			
ミネストローネ	ベーコン だいず	たまねぎ チンゲンサイ トマ ト にんじん	マカロニ	コンソメ しお とりがら スープ		2.6			



【食事のあいさつ】
食べる前には「いただきます」、食べた後は「ごちそうさまでした」のあいさつをしっかり言ひましよう。



日	曜日	献立名 =ふるさと給食の日	おもな材料とはたらき			調味料など	エネルギー たん白質 カルシウム 塩分	お知らせ	
			あか 体をつくる	みどり 体のちようしを ととのえる	きいろ ねつや力の もとなる				
23	水	わかめごはん	わかめ		こめ むぎ 水あめ	しお こんぶエキス	588	【キャベツ】 キャベツにはおなかの 調子を良くしてくれる働 きがあります。キャベツ から発見された成分が 胃薬に使われていま す。春キャベツのみず みずしさを味わいましょ う。	
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				24.2		
		〇あつやきたまご	たまご		さとう あぶら でんぶん	しょうゆ すかつおだし みりん しお こんぶエキ ス			
		だいずのいそに	だいず 〇ぶたにく あぶらあげ ひじき	にんじん こんにやく	さとう あぶら	しょうゆ 〇かつおのもと			352
		はるキャベツのみそしる	〇とうふ 〇みそ	キャベツ ほうれんそう えの きたけ		〇かつおのもと			2.7
24	木	やまがたしよくパン			パン		542	【自ら判断し、選ぶ力を つけよう】 安全性を自ら判断し環 境にも配慮した食品を 選んでいけるよう力を つけていきましょう。	
		メイプルジャム			メイプルジャム		20.8		
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう						314
		ようふうおでん	とりにく ソーセージ こんぶ	にんじん たまねぎ こんにやく えだまめ	じゃがいも	しょうゆ スープストック しお			2.0
		フレンチサラダ		きゅうり キャベツ とうもろこ し	あぶら さとう	すしお こしょう			
25	金	たけのこごはん	あぶらあげ	〇たけのこ にんじん	こめ	しょうゆ しお こんぶだし	595	【たけのこご飯を食べよ う】 たけのこを昆布と一緒 に炊き込みました。春 の味を味わってみましょ う。 【雨後(うご)のたけの こ】 雨が降った後に、たけ のこが次々と生えてくる ことから「同じような物 事が相次いで出てくる こと」のたとえに使われ ます。たけのこは、「竹 の子」とも書かれるよう に竹の子ども(若芽や 若茎)です。	
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				20.1		
		えびといかのかきあげ	えび いか	たまねぎ にんじん しゆんぎ く ごぼう	こむぎこ あぶら	しお			375
		そくせきづけ	しおこんぶ	キャベツ					2.3
		とんじる	とうふ 〇ぶたにく 〇みそ	だいこん ごぼう ねぶかねぎ		〇かつおのもと			
28	月	むぎごはん			こめ むぎ		579	【人気があります】 ソフトめんとミートソー スは、人気がありますが、 食べたことのない1 年生は、苦戦するよう です。上手にソフトめん の袋を開けて、ミートソー スの中に入れてくださ い。	
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				25.4		
		とりのてりやき	とりにく	しょうが	さとう	しょうゆ みりん さけ			288
		やさしいため	ベーコン	キャベツ えだまめ	あぶら	スープストック			1.7
		みそしる	あぶらあげ みそ	たまねぎ ねぶかねぎ	じゃがいも	かつおのもと			
30	水	ソフトめん			ソフトめん		571	【人気があります】 ソフトめんとミートソー スは、人気がありますが、 食べたことのない1 年生は、苦戦するよう です。上手にソフトめん の袋を開けて、ミートソー スの中に入れてくださ い。	
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				22.9		
		ミートソース	ぶたにく	しょうが にんにく にんじん たまねぎ マッシュルーム ト マト	あぶら	ケチャップ ソース チャツ ネ ワイン こしょう スー プストック			282
		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				1.7
		もも(おうとう)		もも	さとう				

※家庭配付用献立表には、すべての食材は記載されていません。詳細な内容が必要な場合は、詳細献立表を確認してください。

※令和7年4月以降、静岡市の学校給食では、落花生・くるみを原材料とした給食の提供はありません。

※パンの製造過程で、くるみ・卵・落花生・ごま・大豆・豚肉・りんご・ゼラチン等が混入する可能性があります。

※めん類の製造過程で、そば・たまごが混入する可能性があります。

※イラスト出典：健学社、少年写真新聞社

※献立表の栄養価は小学3・4年生の数値です。

※材料の都合により、献立内容が一部変更になる場合もあります。

調理員を募集しています

本校では、調理員を募集しています。

・時給 1,087円

・勤務時間 ①12時～16時 ②不定期

②は学校から応援依頼があった時(調理員が休暇をとった時など)のみ勤務になります。依頼日の中で都合がつく日のみ勤務してもらいます。

長期休業中は、仕事が休みなので、お子さんと過ごすことができるメリットがあります。

詳しいことは、栄養教諭 小泉(054-345-0511)へお問い合わせください。お待ちしております。

