

令和8年4月分献立予定表(新1年生A) 綾瀬市立学校給食センター



◎アレルギー表示は、『卵・乳・えび・かに・小麦』の5品目です。特定原材料のうち、そば・落花生(ピーナッツ)・くるみは使用していません。
 ◎学校給食センター及び食品加工工場アレルギー物質を使用した調理をおこなう場合があります。
 ◎学校給食センターの油は、米油を使用しています。揚げ油は、数回繰り返して使用しています。

| 日/曜 | 献立名 | エネルギーになる食品 | 体を作るもとなる食品 | 体の調子を整える食品 | 調味料 | アレルギー物質5品目 卵・乳・えび・ かに・小麦 | エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 食塩相当量(g) |
|-----------------------------|----------------------|-----------------------|---------------|------------------------------|--------------|--------------------------------|---|
| *本と(ホント)楽しい給食「給食番長」* | | | | | | | |
| 23 木 | 給食番長のカレーライス (別出し) | 油 じゃがいも ごはん | 豚肉 脱脂粉乳 かつお節 | たまねぎ にんじん りんごピューレー | カレールー ガラムマサラ | 乳・小麦 | 630 20.5 |
| | 牛乳 | | 牛乳 | | | 乳 | 18.1 |
| | ひじきのサラダ | 砂糖 ごま油 | ひじき | きゃべつ にんじん コーン | しょうゆ 酢 | 小麦 | 2.5 |
| | ごはん | ごはん | | | | | 704 |
| 24 金 | 牛乳 | | 牛乳 | | | 乳 | 25.1 |
| | 白身魚のフライ | 油 | 白身魚のフライ | | 中濃ソース | 小麦 | 16.0 |
| | けんちん汁 | 油 じゃがいも こんにゃく | 鶏肉 豆腐 | ごぼう にんじん 大根 長ねぎ | 和風だし しょうゆ | 小麦 | 1.9 |
| | お祝いクレープ | お祝いクレープ | | | | | |
| 27 月 | 小型ロールパン | ロールパン | | | | 乳・小麦 | 620 |
| | 牛乳 | | 牛乳 | | | 乳 | 25.2 |
| | ミートソーススパゲッティ | 油 小麦粉 マーガリン スパゲッティ | 豚肉 大豆 | たまねぎ にんじん グリーンピース | ケチャップ 中濃ソース | 小麦 | 24.9 |
| | チキンナゲット | | チキンナゲット | | | 小麦 | 2.2 |
| 28 火 | ごはん | ごはん | | | | | 673 |
| | 牛乳 | | 牛乳 | | | 乳 | 26.7 |
| | 照焼きハンバーグ | 砂糖 でんぷん ごま | ハンバーグ | | しょうゆ みりん 酒 酢 | 小麦 | 21.1 |
| | 豚汁 | 油 じゃがいも こんにゃく | 豚肉 豆腐 白みそ | ごぼう にんじん 大根 長ねぎ | | | 2.3 |
| 30 木 | ピピンバ (別出し) | ごま油 砂糖 ごま ごはん | 豚肉 炒り卵 | 生姜 にんにく にんじん 椎茸 もやし ちんげん菜 | 唐辛子 しょうゆ | 卵・小麦 | 585 26.7 |
| | 牛乳 | | 牛乳 | | | 乳 | 17.9 |
| | わかめスープ | | 鶏肉 なると 豆腐 わかめ | にんじん えのきたけ 長ねぎ | 中華スープ こしょう | | 2.0 |

『本と(ホント)楽しい給食』 ～ 給食番長のカレーライス (給食番長) ～

給食番長の作る特製カレーは、魚で出汁をとって、かくし味に「アップル」が入っています。また、ひじきを使っためずらしいサラダも登場します。「給食番長」の本を、読んでくことがない人は、ぜひ図書室や図書館に足を運んでみてくださいね。

★表記の栄養価は3・4年生のもので、これを基に、1・2年生は90%、5・6年生は110%を目安として提供しています。

★材料の都合により、献立を変更する場合があります。

★綾瀬市では、献立に綾瀬の産物を取り入れていますが、天候等の関係で全量を確保できないことがあります。使用した時には、キャラクターマークがついています。

★ランチタイム・献立予定表・献立写真は、市ホームページでもご覧いただけます。



お知らせ

綾瀬市では

小学校10校、中学校5校の給食を1つの給食センターで作っています。

リクエスト給食について

全校児童生徒による、リクエスト投票を行い、選ばれた献立を提供します。

給食費について

小学校の給食費は5,500円/月です。
中学校の給食費は6,000円/月です。
令和8年度は、小学校は無償、中学校は半額です。

学校給食では

献立は、1日の1/3の栄養を満たすように考えています。また、不足しがちなカルシウムや、ビタミン類はさらに多く摂ることが出来るよう、配慮しています。

1年生の給食は

4月23日から始まります。



毎月の献立表やおたよりに目を通してください



給食当番へのご協力をお願いします

ご家庭と給食の連携をよろしく願っています



積極的にお手伝いをさせてください



ご家庭を食育の実践の場にしてください