

# 令和8年4月分献立予定表(新1年生B) 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	体を作るものになる食品	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(1食cal) たんぱく質(g) 脂質(g) 食塩相当量(g)
23 木	ごはん	ごはん					704
	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					
<b>*本と(ホント)楽しい給食「給食番長」*</b>							
24 金	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
	牛乳		牛乳			乳	20.5
	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	18.1
							2.5
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	ビビンバ (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
	牛乳		牛乳			乳	26.7
	わかめスープ		鶏肉 なたと 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		17.9
							2.0
30 木	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			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

## 『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。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お願いいたします



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