

令和6年度 4月 学校給食献立表

ご入学・ご進級おめでとうございます！

春休みが明け、春の気配を感じる季節となりました。今年度も子どもたちの健康と健やかな成長を願って、学校給食・食育を行っていきたくと考えております。また、昨年10月より休止している「プレミアムななえデー」ですが、今年度においても当面の間休止とさせていただきます。しかし、「七飯町産の日」として七飯町産の食材を多く使用する日を設けるなど、積極的にメニューに取り入れ、地産地消を推進する給食を提供していきたくと考えていますので、保護者の皆様のご理解とご協力を、どうぞよろしくお願いいたします。

七飯町学校給食センター

日曜	献立名	おもな材料		
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
9 (火)	ナン キーマカレー ホタテのカレーパン粉焼き シャーマンポテト	小麦粉,油,砂糖	牛乳	
		小麦粉,油,砂糖	豚肉,大豆,いんげん豆,スキムミルク,チーズパウダー	玉ねぎ,人参,トマト,りんご,にんにく
		エッグケアマヨネーズ,パン粉	ほたて	
		じゃがいも,油,バター	ウインナー	玉ねぎ
10 (水)	ごはん 塩肉じゃが 小魚のからいり ごまみそサラダ	米	牛乳	
		じゃがいも,砂糖	豚肉	玉ねぎ,いんげん,しらたき
		ごま,砂糖	しらす,干しえび,かつおぶし	
		ごま,砂糖,ごま油,ラー油	ツナ,みそ	きゅうり,もやし
11 (木)	あんかけ焼きそば はるまき あんりんフルーツ		牛乳	
		小麦粉,油,ごま油,でんぷん	豚肉,うずら卵,いか,えび	白菜,玉ねぎ,もやし,小松菜,人参,干し椎茸
		春雨,小麦粉,でんぷん,砂糖,油	豚肉,ひじき	キャベツ,玉ねぎ,人参,長ねぎ,生姜
		砂糖	牛乳	黄桃,みかん,パイナップル
12 (金)	ごはん 根菜のごま汁 若鶏のゴマ照り焼き みそおでん	米	牛乳	
		じゃがいも,ごま	豆乳,油あげ,みそ	大根,人参,ごぼう,長ねぎ
		パン粉,ごま,砂糖,油	鶏肉	
		砂糖	うずら卵,鶏肉,棒天,昆布,みそ	大根,人参,こんにゃく
15 (月)	ごはん けんちん汁 ししゃもフライ(2本) 野菜の五目みそ煮	米	牛乳	
		油	豆腐,油あげ	人参,ごぼう,大根,長ねぎ
		小麦粉,パン粉,油	ししゃも,大豆粉	
		じゃがいも,油,砂糖,ごま	鶏肉,大豆,さつま揚げ,みそ	いんげん,こんにゃく,人参,干し椎茸
16 (火)	ソフトフランスパン シチュー チーズオムレツ フルーツ白玉/いちごジャム	小麦粉,砂糖	牛乳	
		じゃがいも,小麦粉,油,砂糖	牛乳,いんげん豆,スキムミルク	玉ねぎ,白菜,人参
		生クリーム	卵,牛乳,スキムミルク,チーズ	玉ねぎ,ほうれん草
		もち米,砂糖		バナナ,パイナップル,みかん,黄桃,いちご
17 (水)	ごはん チキンカレー キャベツのごまあえ	米	牛乳	
		じゃがいも,小麦粉,油, バター,砂糖	鶏肉,いんげん豆	人参,玉ねぎ,トマト,にんにく
		ごま,砂糖		キャベツ,人参
18 (木)	あんかけうどん ほたてフライ(3コ) 焼きプリンタルト		牛乳	
		小麦粉,ごま油,砂糖,でんぷん	鶏肉,油あげ,なると	干し椎茸,長ねぎ,小松菜,たけのこ,玉ねぎ,生姜
		小麦粉,パン粉,油	ほたて,大豆粉	
		小麦粉,砂糖,マーガリン	卵,スキムミルク	
19 (金)	親子丼 わかめスープ ソフール(プレーン)		牛乳	
		米,でんぷん,砂糖	鶏肉,卵	しらたき,玉ねぎ,干し椎茸,ほうれん草
		ごま,でんぷん	わかめ,豆腐,	えのき,人参,長ねぎ,コーン
		砂糖	スキムミルク	
22 (月)	ごはん かぼちゃ団子汁 さばのみそ煮 昆布のいため物	米	牛乳	
			鶏肉	かぼちゃもち,人参,大根,ごぼう,干し椎茸,長ねぎ
		砂糖,でんぷん	さば,みそ	
		ごま,砂糖,油	昆布,豚肉,さつまあげ	つきこん,人参

今月の目標
「楽しく食べよう！」

七飯町内小学校4校・中学校2校・義務教育学校1校 約2,200人分の給食は、センター長、係長、栄養教諭2名、調理員約20名で力を合わせて作り、4名の運転手さんに学校へ届けてもらいます。



日曜	献立名	おもな材料		
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
23 (火)	コッペパン コーンポタージュ ハーフチキン りんご	小麦粉,砂糖	卵,牛乳	
		小麦粉,砂糖,バター,生クリーム,油	いんげん豆,牛乳,スキムミルク	コーン,玉ねぎ,パセリ
		オリーブオイル	鶏肉	にんにく,バジル
				りんご
24 (水)	七飯町産の日 ごはん 山川牛乳 エゾシカチリコンカン 春雨と王様しいたけのスープ 切干大根とツナのサラダ	米	牛乳	
		じゃがいも,油,砂糖	エゾシカ肉,豚レバー,大豆,手亡豆	玉ねぎ,人参,パセリ,トマト
		春雨	ベーコン,うずら卵	白菜,王様椎茸,えのき,人参
		エッグケアマヨネーズ,ごま	ツナ	切干大根,きゅうり
25 (木)	春キャベツとえびのスパゲッティ 白花豆コロッケ フルーツヨーグルトあえ	牛乳	牛乳	
		スパゲッティ,オリーブオイル	ベーコン,えび	玉ねぎ,たけのこ,しめじ,キャベツ,にんにく
		じゃがいも,バター,砂糖,でんぷん,小麦粉,パン粉,油	白花豆	
		砂糖	ヨーグルト	バナナ,パイナップル,みかん,黄桃
26 (金)	ハヤシライス ほうれん草とえのきのあえもの	牛乳	牛乳	
		米,じゃがいも,小麦粉, 油,砂糖	豚肉,いんげん豆, スキムミルク	人参,玉ねぎ, マッシュルーム,トマト
				ほうれん草,えのき
30 (火)	黒糖パン ポトフ マカロニチーズ フルーツゼリー(ピーチ)	小麦粉,黒糖	卵,牛乳	
		じゃがいも	ウインナー	人参,玉ねぎ,キャベツ
		マカロニ,小麦粉,バター,油,砂糖	牛乳,スキムミルク,粉チーズ	玉ねぎ
		砂糖		ピーチゼリー,パイナップル,みかん,黄桃

	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	ビタミン				食物繊維 g	食塩 相当量 g
						A	B1	B2	C		
						μg	mg	mg	mg		
月平均栄養価	803	30.5	26.0	412	3.3	327	0.45	0.62	30	6.5	2.8

学校給食の目標

子どもの味覚は発達途上です。学校給食では、様々な料理を提供し、色々な食材や味を経験させ、子どもたちの食域を広げたいと考えています。苦手なものも少しずつでも食べられるように、ご家庭でも応援してあげてください。

学校給食の7つの目標

- ①適切な栄養の摂取による健康増進を図る。
- ②日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むための判断力を培い、望ましい食習慣を養う。
- ③学校生活を豊かにし、明るい社交性と協同の精神を養う。
- ④食生活が自然の恵によって成り立つことを理解し、生命を尊重して自然環境を大切にする態度を養う。
- ⑤食生活がさまざまな人の活動に支えられていることを理解し、勤労を重んずる態度を養う。
- ⑥わが国や各地域の優れた食文化についての理解を深める。
- ⑦食料の生産、流通、消費について正しい理解に導く。



今月の七飯産

米、牛乳、エゾシカ肉、とうふ、油揚げ、ほうれん草、ごぼう、王様しいたけ、干しの王様しいたけ、なめこ、切干大根の使用を予定しています。

