

日付	こんだて		おもな食品				エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
	牛乳	料理名	血や肉や骨をつくる	熱や力のもとになる	体の調子をととのえる	そのほか	
10 木	○	ちらしずし	高野豆腐 油揚げのり	米 油 砂糖 ごま	かんぴょう にんじん 干しいたけ たけのこ さやいんげん	だし昆布 酒 酢 塩 しょう油	610 25.9
		とりにくのからあげ	とり肉	ごま油 でん粉 小麦粉 油	しょうが にんにく	塩 酒 しょう油	
		やさいのあえもの		砂糖	キャベツ きゅうり にんじん	うす口しょう油 みりん	
11 金	○	キムチチャーハン	ぶた肉 たまご	米 麦 油 ごま油	白菜キムチ ニラ	しょう油 塩	612 23.4
		はるさめスープ	とり肉	春雨 ごま油	にんじん 干しいたけ たけのこ もやし はくさい 長ねぎ 小松菜	鶏がら 酒 塩 こしょう しょう油	
		ヨーグルト	ヨーグルト				
14 月	○	きつねうどん	油揚げ とり肉	うどん 砂糖	にんじん 長ねぎ ほうれん草	削り節 だし昆布 しょう油 酒 みりん うす口しょう油 塩	578 25.2
		ちくわのいそべあげ	竹輪 青のり	小麦粉 油			
		ごまあえ		砂糖 ごま	もやし 小松菜 にんじん	しょう油 酒	
15 火	○	カレーライス	ぶた肉	米 麦 油 小麦粉 じゃがいも 油 はちみつ	玉ねぎ にんにく しょうが にんじん	赤ワイン ケチャップ ウスターソース 中濃ソース しょう油 カレー粉 鶏がら 塩 こしょう	680 22.3
		ツナサラダ	ツナ ひじき	油 砂糖	きゅうり キャベツ 玉ねぎ	酢 しょう油 塩 こしょう	
16 水	○	スパゲッティ ミートピーンズソース	ぶた肉 とり肉 チーズ 大豆	スパゲッティ 油 小麦粉	しょうが にんにく 玉ねぎ にんじん セロリ マッシュルーム	赤ワイン トマトピューレ ケチャップ 中濃ソース ウスターソース 塩 こしょう しょう油	616 28.6
		やさいサラダ		砂糖 油	キャベツ きゅうり にんじん レモン果汁	酢 しょう油 塩 こしょう	
17 木	○	むぎごはん		米 麦			596 26.3
		しせんどうふ	ぶた肉 豆腐	油 砂糖 でん粉 ごま油	しょうが にんにく 長ねぎ 干しいたけ にんじん ニラ	豆板醤 鶏がら 酒 しょう油 甜面醤	
		ナムル		砂糖 ごま油	もやし 小松菜 にんじん にんにく	しょう油 ラー油	
18 金	○	はちみつレモントースト		食パン マーガリン はちみつ 砂糖	レモン果汁		646 21.8
		ホワイトシチュー	とり肉 牛乳	油 じゃがいも 小麦粉 生クリーム	玉ねぎ にんじん パセリ	鶏がら 塩 こしょう 白ワイン	
		コーンサラダ		油 砂糖	キャベツ きゅうり コーン にんじん	酢 しょう油 こしょう 塩	
21 月	○	とりそぼろどん	とり肉 たまご	米 麦 油 砂糖 ごま	しょうが にんじん さやいんげん	酒 みりん しょう油	628 29.9
		みそしる	油揚げ みそ	じゃがいも	小松菜 長ねぎ	煮干し	
		みかんゼリー	ゼラチン 粉寒天	砂糖	みかんジュース		
22 火	○	ごもくごはん	とり肉 油揚げ	米 麦 油 砂糖	にんじん ごぼう こんにゃく	酒 みりん うす口しょう油	574 26.2
		かじきのたつたあげ	かじき	油 でん粉	しょうが	酒 しょう油	
		おひたし		砂糖	小松菜 もやし えのき	しょう油 酒	
23 水	○	むぎごはん しらすごまふりかけ	しらす	米 麦 ごま	しそ		594 19.1
		にくじゃが	ぶた肉	油 じゃがいも 砂糖	こんにゃく にんじん 玉ねぎ さやいんげん	しょう油 酒 みりん	
		そくせきづけ			きゅうり かぶ かぶの葉 にんじん	塩 しょう油	
24 木	○	にんじんピラフ	とり肉	米 麦 油	玉ねぎ にんじん セロリ コーン 赤ピーマン	鶏がら 塩 こしょう 白ワイン しょう油	553 26.5
		ぶたにくとキャベツのスープ	ぶた肉 レバー入りウィンナー	油 じゃがいも	玉ねぎ にんじん キャベツ パセリ	鶏がら 白ワイン 塩 こしょう	
25 金	○	みそラーメン	みそ ぶた肉	中かめん ごま油 油	にんにく しょうが 長ねぎ にんじん コーン もやし キャベツ ニラ	だし昆布 豚骨 鶏がら 酒 しょう油 こしょう 豆板醤	584 21.6
		かんてんポンチ	粉寒天	砂糖 はちみつ	もも缶 りんご缶	白ワイン	
28 月	○	たけのこごはん	油揚げ	米 麦 油	たけのこ にんじん さやいんげん	だし昆布 酒 みりん うす口しょう油	587 25.2
		さわらのさいきょうみそがけ	鯖 西京みそ	でん粉 油 砂糖		酒 みりん しょう油	
		いそあえ	のり		小松菜 もやし にんじん	しょう油 酒 みりん	
30 水	○	セルフハンバーガー	ぶた肉 たまご	こどもパン 油 パン粉	玉ねぎ 切干大根 キャベツ	塩 こしょう ナツメク ケチャップ 中濃ソース 赤ワイン	592 27.9
		ABCスープ	とり肉	油 マカロニ	玉ねぎ にんじん コーン キャベツ ほうれん草	鶏がら うす口しょう油 白ワイン 塩 こしょう	

※学校行事や食材の都合等により、内容を変更する場合があります。ご了承ください。

※4月の給食は、各学校の調理作業の工程の見直しや、給食事務をスムーズにスタートさせるために市内小学校の統一献立を中心 to 実施します。



今月の平均値	603 24.9
基準値	650 26.8

＊給食だより＊

ご入学、ご進級おめでとうございます。今年度も、先生方・保護者の皆様とともに「食」の立場からお子様たちの健やかな成長を手助けしていきたいと思っております。給食運営にご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

ご家庭へお知らせとお願い！

★給食費について★

- 新座市内小学校の給食費は、5,150円/月（1食310円）です。
ただし、新座市から助成を行うため4,500円/月の集金となります。
5月は4・5月分を引き落としします。決められた期日までに入金をお願いします。
- 諸事情により納入が困難になった場合には、お早めにご相談ください。
就学援助制度などにより、援助を受けられる場合があります。
- 長期間給食を食べないことが分かっている場合、給食を停止することができます。
事前に申請することで返金対象になるケースもあります。長期欠席することが分かった時点でご相談ください。



食物アレルギーについて知ってほしいこと

食物アレルギーのある人もない人も、みんながアレルギーについて正しく知ることで、事故を防ぎ、安全に楽しく食べられます。給食では文部科学省「学校給食における食物アレルギー対応指針」に基づき、安全を最優先にしています。ご理解とご協力をお願いします。

食物アレルギー対応食が 出る日があります

対応食はおうちのひとと学校が相談して決めています。きちんと本人に届くようみんなで気をつけましょう。



食物アレルギーは 好き嫌いとは違います

好き嫌いやわがままとは違います。食物アレルギーのある人の気持ちになって考えてみましょう。



食物アレルギーのある人には できないことがあります



ふれたりするだけで症状が出てしまうことがあります。牛乳パックのリサイクルや配膳台のそうじなど、学校生活の中でできないことがあります。

さまざまな症状が あります

アレルギーの症状はさまざまです。アレルギーのある人がつらそうにしていたり、自分に何か変わったことが起きたりした場合は、すぐに先生に知らせましょう。



★給食当番について★

- 必ずマスクを持たせて、爪を短く切ってください。
- 給食の白衣は洗濯し、アイロンをかけて翌週必ず持たせてください。ボタンのとれやほつれがありましたら、修繕をお願いします。



🍽️ 今月の行事食など

- 10日(木) 進級お祝い献立
- 15日(火) 1年生給食開始



今月の 地場産野菜は...

にんじん



昨年度から引き続き、大和田小学校の給食調理・配膳・

片付けは、「フジ産業株式会社」が担当します。

給食室一同、安心安全で美味しい給食を目指します。

給食運営にご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

