



給食センターのホームページのQRコードです。ぜひご覧ください。

*食材等の都合で献立を変更することがあります。

月目標：給食のきまりを守って、楽しい食事にしよう

日曜日	主食	牛乳	汁もの・主菜・副菜・くだもの等	れんらく こんだてメモ	食品名						栄養価	
					赤の食品 体をつくるものになる		緑の食品 体の調子をととのえる		黄色の食品 エネルギーのもとになる		エネルギー kcal	たんぱく質 g
					1群	2群	3群	4群	5群	6群		
小学校	中学校	小学校	中学校	小学校	中学校	小学校	中学校	小学校	中学校	小学校	中学校	
7	ごはん	牛乳	厚揚げのそぼろ汁 ちくわのかば焼き(2個) 和風サラダ	令和8年度の給食がスタートします。初日の給食は、甘い味がごはんによく合う、ちくわのかば焼きをお届けします。	とりにく あつあげ みそ ちくわ かつおぶし	ぎゅうにゅう 小魚・海そう	にんじん 緑黄色野菜	しょうが たまねぎ だいこん ながねぎ キャベツ きゅうり	こめ おおむぎ さとう でんぷん	こめあぶら ひまわりあぶら	595 22.5 18.6 2.7	727 26.1 20.9 3.3
8	ミニ コッパン	牛乳	せん切り野菜のスープ ミートソースペンネ フルーツポンチ	パン先の形のマカロニを豚ひき肉と野菜で作ったコクのあるミートソースで和えます。	ベーコン ぶたにく	ぎゅうにゅう 小魚・海そう	にんじん たまねぎ えのき はくさい にんにく みかんかん ももかん パインかん	コッパン マカロニ ナタデココ ゼリー	こめあぶら	543 20.8 16.0 2.6	667 24.7 18.5 3.3	
9	ごはん	牛乳	ふとわかめのみそ汁 豚丼の具 じゃこサラダ	長野県産の豚肉で作る人気の豚丼の具です。ごはんにのせてもりもり食べましょう。	みそ ぶたにく かつおぶし	ぎゅうにゅう わかめ	たまねぎ だいこん えのき はくさい しめじ キャベツ きゅうり	こめ おおむぎ ふ しらたき さとう	こめあぶら	536 24.9 14.9 2.8	656 29.0 16.3 3.3	
10	丸パン	牛乳	ABCスープ 手作りハンバーグ グリーンサラダ	調理員さんの愛情がこもった手作りハンバーグです。丸パンにはさんで、大きな口でガブリとどうぞ。	ベーコン ぶたにく とりにく とうふ	ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ はくさい えのきごおり キャベツ きゅうり だいこん	まるパン マカロニ パンこ さとう	こめあぶら	598 28.6 23.9 3.1	693 32.8 27.2 3.5	
13	ごはん	牛乳	マーボー豆腐 蒸しぎょうざ(2個)・酢じょうゆ 春雨サラダ	人気の中華メニュー。給食のマーボー豆腐は、野菜をたっぷり加え、マイルドに仕上げています。	ぶたにく とうふ みそ ぎょうざ	ぎゅうにゅう	にんじん しょうが にんにく たまねぎ しいたけ たけのこ キャベツ きゅうり	こめ おおむぎ でんぷん はるさめ さとう	こめあぶら	628 27.3 21.2 3.0	769 31.9 23.9 3.4	
14	ちらし寿司	牛乳	祝いなるのおいしいもの 鶏肉のから揚げ 磯香あえ お祝いいちごゼリー	入学進級お祝い献立 入学進級おめでとうございます。 お祝いの気持ちをこめた給食をお届けします。	なると とうふ とりにく	ぎゅうにゅう のり	にんじん ほうれんそう たまねぎ えのき はくさい しょうが にんにく キャベツ もやし	こめ おおむぎ でんぷん ゼリー	ひまわりあぶら	602 26.5 17.7 3.3	738 31.0 19.7 4.1	
15	食パン	牛乳	鶏肉と白菜のスープ ジャーマンポテト 大コーンサラダ いちごマーガリン	九州産の新じゃがと炒めたベーコン・玉ねぎで作るジャーマンポテトのくし味は、黒こしょうです。	とりにく いとかもまほこ ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ えのき はくさい にんにく だいこん キャベツ きゅうり コーン	しょくパン じゃがいも さとう いちごジャム	こめあぶら マーガリン	562 24.2 18.7 3.3	685 28.7 21.4 4.2	
16	ごはん	牛乳	ポークカレー チキンサラダ カラマンダリン	給食センターのカレーは、ルウから手作りしています。まろやかな特製カレーを味わってください。	ぶたにく サラダチキン	ぎゅうにゅう スキムミルク	にんじん しょうが にんにく たまねぎ りんご キャベツ きゅうり カラマンダリン	こめ おおむぎ じゃがいも こむぎこ さとう	こめあぶら バター	589 20.6 17.4 1.8	719 23.8 19.4 2.2	
17	黒糖パン	牛乳	春雨スープ ポテトとウィンナーの青のり風味 大豆とわかめのサラダ	鶏ガラを朝からじっくり煮出してとっただしで作る春雨スープは、本格的なおいしさです。	ぶたにく ウィンナー だいず	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん たまねぎ しょうが はくさい ながねぎ キャベツ	こくとうパン はるさめ じゃがいも さとう	ひまわりあぶら こめあぶら	659 23.7 27.1 3.4	805 28.1 31.6 4.2	

ご入学・ご進級おめでとうございます

春のやわらかな日差しが心地よい季節となりました。今年度も、毎日の給食時間が心待ちになるような、おいしい魅力ある給食作りをめざしていきたいと思ひます。学校給食へのご理解・ご協力のほど、よろしくお願ひいたします。

給食から学べること

- 健康によい食事のとり方
- 地域の産物
- 伝統行事や行事食
- 環境への配慮
- 日本や世界の食文化
- 感謝の心 など

ご家庭へのお願ひ

給食では旬の食材を取り入れています。骨のある魚、皮付きの果物など、食べるのにひと手間かかるものは面倒だからと敬遠されがちです。食べ方がわからない場合もありますので、ご家庭でも食べ方を教えていただければと思います。また、給食で初めて食べる食品でアレルギー症状が出ることがあります。献立表を確認いただき、食べたことのない食品がある場合は、ご家庭で事前に試していただくと安心です。

毎月の献立表やホームページをご覧ください!

毎月配布している献立表には、献立名や使用している食材、食育に関する内容、給食レシピなどを掲載しています。また、学校給食センターのホームページでは、給食献立の写真やおたよりを公開しています。おたよりの部分のQRコードを読み取り、ぜひアクセスしてみてください。

学校給食センターでは、約630人分の給食を、所長、栄養教諭(栄養士)、食物アレルギー担当栄養士、調理員10名、運転手3名で、「おいしい栄養バランスがよく、安心安全な給食」を目標に心をこめて調理お届けします。よろしくお願ひいたします。

春の味

春のメッセージ