



4月 こんだてよていひょう



令和6年度

大崎市岩出山学校給食センター < 大崎市立岩出山小学校 >

日	曜日	こんだてめい		赤の食品 (からだをつくるものになるもの)		緑の食品 (からだの調子を整えるものになるもの)		黄の食品 (カのものになるもの)		栄養価	
		しゅしょく	おかず	1群	2群	3群	4群	5群	6群	エネルギー	たんぱく質 脂質 食塩相当量
				魚・肉・卵・豆・豆製品	牛乳・乳製品・小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜・きのこ・果物	穀類・いも類・砂糖	油脂・種実		
9	火	入学式									
10	水	さけなめしごはん	とりにくのからあげ つぼみのおひたし こめこめんのすましじる おいわいこうはくゼリー	鮭 鶏肉 かまぼこ かつおぶし 油揚げ なると	牛乳	★つぼみな にんじん あおな	もやし ねぎ えのきだけ	★米 かたくり粉 米粉めん ゼリー	大豆油	666 kcal 28.5 g 17.9 g 2.2 g	
11	木	ごはん	いわしのオレンジに カレーふうにくじゃが なめこじる	いわし 豚肉 豆腐 ★みそ	牛乳 煮干し	にんじん	グリーンピース たまねぎ なめこ だいこん ねぎ	★米 じゃがいも 三温糖	米油	589 kcal 27.8 g 15.3 g 2.3 g	
12	金	ごはん	しろみざかなフライソース ピーマンいため レタスとたまごのスープ	ホキ 豚肉 卵 ベーコン	牛乳	にんじん ピーマン ★チンゲンサイ	キャベツ たまねぎ ★レタス とうもろこし	★米 三温糖 ピーマン かたくり粉	大豆油 ごま油	635 kcal 23.9 g 18.7 g 2.3 g	
15	月	ごはん	とりにくのみそやき こめめんサラダ コンソメスープ おいわいこうはくゼリー (1ねんせい)	鶏肉 みそ ハム ベーコン	牛乳	にんじん パセリ	★きゅうり とうもろこし キャベツ たまねぎ	★米 三温糖 じゃがいも 米粉めん ゼリー (1年のみ)	ドレッシング	595 kcal 24.5 g 16.9 g 1.3 g	
16	火	ごはん	あげぎょうざ (2こ) ホイコーロー こめこワンタンスープ	豚肉	牛乳	にんじん ピーマン ★にら	キャベツ ねぎ だけのこ はくさい	★米 三温糖 かたくり粉 米粉ワンタン	大豆油 米油	612 kcal 21.7 g 19.9 g 2.5 g	
17	水	むぎごはん	ポークカレー キャベツとブロッコリーのサラダ ミルクコーヒー	豚肉	牛乳	ブロッコリー にんじん トマト	★きゅうり キャベツ たまねぎ りんご	★米 麦 じゃがいも ミルクメープ	米油 ドレッシング カレールウ	731 kcal 22.6 g 20.5 g 2.3 g	
18	木	ごはん	すどりはるさめサラダ ちゅうかスープ きよみオレンジ	鶏肉 卵 ハム ★豆腐 あさり	牛乳	にんじん ピーマン ★チンゲンサイ	たけのこ たまねぎ 干ししいたけ ★きゅうり えのきだけ もやし きよみオレンジ	★米 かたくり粉 三温糖 春雨	大豆油 米油 ごま油	635 kcal 25.4 g 19.1 g 2.2 g	
19	金	むぎごはん	かつおのかりんとあげ キャベツとわかめのあえもの あぶららのみそじる かみかみメニュー	かつお ツナ ★豆腐 ★みそ	牛乳 煮干し わかめ	にんじん ★こまつな	キャベツ ★きゅうり だいこん	★米 麦 かたくり粉 黒砂糖 三温糖 じゃがいも あぶらら	大豆油 ごま油 ごま ドレッシング	602 kcal 29.0 g 18.3 g 1.9 g	
22	月	振替休業日									
23	火	ごはん	にくじゃがコロッケ チンジャオロースー みそラーメンふうスープ ミニアセロラゼリー	豚肉 ★みそ	牛乳	ピーマン パプリカ にんじん ★にら	たけのこ はくさい ねぎ とうもろこし たまねぎ	★米 三温糖 米粉めん じゃがいも かたくり粉 ゼリー	大豆油 ごま油	706 kcal 26.7 g 21.4 g 2.2 g	
24	水	ゆかりごはん	ポテトのマヨネーズやき まめもやしとこんぶのもの かきたまじる	ウィンナー さつまいも 卵 豆腐 なると	牛乳 チーズ こんぶ	にんじん さやいんげん ★チンゲンサイ しそ	とうもろこし たまねぎ だいずもやし えのきだけ	★米 じゃがいも 三温糖 かたくり粉	マヨネーズ 米油 生クリーム	609 kcal 22.3 g 26.7 g 2.6 g	
25	木	こめこ フォカッチャ	てりやきハンバーグ マカロニサラダ クリームシチュー	鶏肉 ハム	牛乳	にんじん ブロッコリー	★きゅうり たまねぎ グリーンピース とうもろこし	★米粉 フォカッチャ 三温糖 かたくり粉 マカロニ じゃがいも	マヨネーズ 米油 シチュールウ	674 kcal 30.1 g 31.2 g 2.8 g	
26	金	ごはん	はるまき やさいのちゅうかあえ ちゅうかふうなめこじる みしょうかん	豚肉 鶏肉 豆腐 卵	牛乳	にんじん	もやし たけのこ ★きゅうり しいたけ きくらげ なめこ ねぎ みしょうかん	★米 三温糖 じゃがいも かたくり粉	大豆油 ごま油	726 kcal 21.6 g 29.1 g 1.8 g	
30	火	さんさい ごはん	あんかけたまごやき もやしとツナのあえもの とんじる 和食の日	鶏肉 豚肉 油揚げ 卵 ツナ 豆腐 ★みそ	牛乳	にんじん ★ほうれんそう	わらび みずな やまうど えのきだけ なめこ たけのこ もやし ごぼう はくさい ねぎ だいこん	★米 三温糖 かたくり粉 じゃがいも	米油 ごま油	636 kcal 25.4 g 22.8 g 2.8 g	



毎日牛乳がつかます。

魚の小骨に注意して食べましょう。

*献立は材料の都合により変更する場合があります。

★のついている食材は、大崎地域産を予定しています。



～今月の宮城県 及び 大崎市の食材の主な産地～

米・麦・牛乳・パン・みそ・しょうゆ・豆腐・油あげ・豚肉・鶏肉・たまご・わかめ・米粉めん・米粉わんたん・えのきだけ・なめこ・ほうれん草・チンゲンサイ・きゅうり・にら・ねぎ・レタス・パプリカ・つぼみな・こまつな



★給食費について

(令和6年度減免後保護者負担額)

小学校 261円
中学校 323円



給食費は食材料費として、子どもたちに安全でおいしい給食を提供するための大切な費用です。
引き落とし期日を確認の上、残高のご確認をお願いします。

給食費口座振替日のお知らせ

1期 5月31日(金)

★献立表・給食だよりについて

・献立表及び給食だよりは毎月配布します。家庭内で目の付きやすいところに貼って、ぜひお子様との話題にしてください。また大崎市役所のウェブサイトでもご覧になれます。

・毎月1回は和食の日、かみかみメニューの日、また年4回は大崎市地産産物給食を予定しています。

・大崎市は給食用食材の放射能検査を定期的に行っています。結果については、大崎市役所のウェブサイトに掲載しています。どうぞご覧ください。

(注) 天候不順や食材の生育状況等の都合により、献立表に表示していない食材を使用する場合や、献立が変更になることもありますのでご了承ください。

