

令和8年4月

学校給食予定献立表

小田原市立足柄小学校



ご入学・ご進級おめでとうございます。

今年度も安全や衛生に配慮し、栄養バランスのとれたおいしい給食で、子どもたちの心と体の成長を支えていきたいと思ひます。学校給食へのご理解とご協力をよろしくお願ひいたします。

今月の給食目標「きゅうしょくのじゅんぴ、かたづけのルールを覚えよう」

日	曜	献立名	主にエネルギーのもとになる (黄色のグループ)	主に体をつくるもとになる (赤のグループ)	主に体の調子を整えるもとになる (緑のグループ)	エネルギー (kcal)			えいようしから ひとくちメモ	
						たんぱく質 (g)	脂質 (g)	塩分 (g)		
9	木	ぎゅうにゅう(ごはん) ポークカレー はるいろソテー	ごはん あぶら じゃがいも こおぎこ マーガリン	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく	にんにくにんじん たまねぎりんごソース キャベツ グリーンアスパラ コーン	666	22.6	21.8	1.6	あしがらにききナンパーワ んとくせいカレーをたべて きょうから がんばろう!
10	金	ぎゅうにゅう(ゆでめん) きつねうどん ちくわのいそべあげ	ゆでめん さとう あぶら こおぎこ	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ しろちくわ あおのり	にんじん しいたけ ながねぎ こまつな	642	25.7	21.7	2.1	ちくわのいそべあげ 1~3ねん:2こ 4~6ねん,おとな:3こ
13	月	ぎゅうにゅう (アルファかまい) チキンライス ABCスープ	ごはん あぶら じゃがいも マカロニ	ぎゅうにゅう とりにく ウインナー	たまねぎ にんじん コーン グリンピース キャベツ	604	21.8	17.8	2.6	チキンライスは きゅうしょくしつ のおおきなかまでたきます。
14	火	ぎゅうにゅうくろパン おいわいおはなのハンバーグ はるのクリームシチュー	くろパン さとう あぶら マーガリン こおぎこ じゃがいも	ぎゅうにゅう ハンバーグにくだんご だっしふんにゅう だいつ	たまねぎ しいたけ にんじん たまねぎ キャベツ しめじ マッシュルーム グリーンアスパラ	631	27.0	24.0	1.9	にゅうがく・しんきゅう おめでとうございます! きゅうしょくしつから おいわいのきもちをこめた メニューです。
15	水	ぎゅうにゅう(ごはん) マーボーどうふ わかめスープ	ごはん ごまあぶら さとう かたくりこ	ぎゅうにゅう ぶたにく だいつミートみそ どうふ とりにくわかめ	しょうが にんにく にんじん ながねぎ たまねぎ もやし	604	25.1	19.0	2.5	マーボードウフは みんながおいしく たべられるように からさはひかえめです。
16	木	ぎゅうにゅうごはん さけのしおやきにくじゃが	ごはん あぶら じゃがいも さとう	ぎゅうにゅう さけ ぶたにく	にんじん しらたき たまねぎ こまつな	614	26.0	17.2	1.8	ごはんとおかずを バランスよく じょうずにたべよう。
17	金	ぎゅうにゅう (ホットラーメン) しょうゆラーメン はるまき	ホットラーメン ごまあぶら あぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく なると はるまき	しょうが にんにく にんじん もやし キャベツ コーン こまつな	602	23.8	20.2	2.3	はるまきはひとり1つです。 1~3ねんせい、 4~6ねんせい・おとなで おおきさがちがいます。

保護者の方へ

衛生的な配膳をするために、給食当番の際には必ず清潔なマスクを持参してください。当番の週の週末は、白衣と帽子の洗濯をお願いします。また、白衣や帽子のゴムがゆるんでいたたり、ボタンが外れそうになったりしていたら、手直しのご協力をお願いいたします。次週には他の児童が使いますので忘れずに返却してください。
★アレルギー等で白衣の個人所有を希望する場合には、学校にご相談ください。

パンの日以外は毎日のようにはしを使ひます。正しいはしの持ち方について、ご家庭でも確認やお声かけをお願いします。魚は切り身を使用していますが、小骨がついている可能性があります。魚には骨があることを前提に、魚の食べ方についても、ご家庭でご指導をお願いします。

給食当番の身支度



給食当番になった人は、給食の準備をする前に給食当番としてふさわしい清潔な身支度をしているかどうかを確認しましょう。

日	曜	献立名	主にエネルギーのもとになる (黄色のグループ)	主に体をつくるもとになる (赤のグループ)	主に体の調子を整えるもとになる (緑のグループ)	1人あたり (kcal)			えいようしから ひとくちメモ	
						たんぱく質 (g)	脂質 (g)	塩分 (g)		
20	月	ぎゅうにゅう(ごはん) ツナのいるどりどん キャベツとあぶらあげのみそしる ラムネゼリー	ごはん あぶら さとう じゃがいも ラムネゼリー	ぎゅうにゅう ツナ あぶらあげ みそ	しょうが にんじん コーン えだまめ たまねぎ キャベツ こまつな	681	23.5	23.2	1.8	「は」がやわらかい はるキャベツが おいしいじきです。
21	火	ぎゅうにゅう こめこパン コーンフレークチキン ミネストローネ	こめこパン あぶら こむぎこ コーンフレーク じゃがいも マカロニ	ぎゅうにゅう とり ウインナー だいず チーズ	にんにく にんじん たまねぎ パセリ	707	34.3	28.9	2.7	ざくざくのコーンフレークの ころもがクセになる にんきのチキンです。
22	水	ぎゅうにゅう(ごはん) かぶとなまあげのそぼろあ んかけどん さつまじる	ごはん あぶら かたくりこ ごまあぶら さつまじも	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ とり どうふ みそ	しょうが かぶ にんじん たまねぎ こまつな ごぼう こんにやく だいこん しいたけ はねぎ	612	22.0	17.9	1.7	はるは かぶが おいしいじきです。
23	木	ぎゅうにゅう(ごはん) ピピンパピーフンスープ	ごはん あぶら さとう ごまあぶら ピーフン	ぎゅうにゅう ぶたにく とり とうふ	にんにく りんごソース にんじん もやし いら キャベツ はねぎ	617	24.0	18.9	1.9	ピピンパはごはん とおかずをよくまぜてめしあがれ!
24	金	ぎゅうにゅう(ソフトめん) ミートソース のりのりポテト	ソフトめん あぶら こむぎこ マーガリン さとう フライドポテト	ぎゅうにゅう ぶたにく レバーチップ だいずミート あおのり	にんにく にんじん たまねぎ セロリー トマト	674	23.6	23.5	1.5	のりのりポテトをたべて きぶんもノリノリ♪
27	月	ぎゅうにゅう (アルファかまい) たきこみごもごはん さわにわん グレーゼリー	ごはん あぶら さとう ぶどうゼリー	ぎゅうにゅう ぶたにく ひじき あぶらあげ どうふ	しょうが にんじん えだまめ しめじ えのきたけ だいこん ながねぎ	602	23.7	19.5	2.4	さわにわんは せんぎりのやさいが はいいたるものです。
28	火	ぎゅうにゅう ソフトフランスパン ぶたにくのコロッケ かぶのクリームスープ	ソフトフランス あぶら コロッケ じゃがいも マカロニ	ぎゅうにゅう ウインナー とり だっしふんにゅう	にんじん たまねぎ キャベツ かぶ	615	23.2	23.3	2.3	パンは「海老名市」の パンこうじょうから トラックではこんでいます。
30	木	ぎゅうにゅう(ごはん) ぶたにくのしょうがやきどん ひじきとだいずのもの	ごはん あぶら さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく とり へひじき だいず さつまあげ	にんにく しょうが にんじん たまねぎ ピーマン つきこんにやく えだまめ	640	28.5	20.6	1.7	だいずとひじきのもの かたいだいずを 1じかんじょう にてから さらにあじつけて にています。

※物資の都合により、献立を変更することがあります。

※放射性物資の検査結果：小田原市のホームページでご確認ください。


給食セットを忘れずに！

- ①ランチョンマット(32cm×40cm以上)
→毎日持ち帰り洗濯済みのものを持ってくる。
- ②①を入れる手つき袋(手さげ袋・巾着袋等)
→机の横フックにかけて使用
- ③清潔なハンカチ

※全てに記名をお願いします

今月の小田原産

はねぎ こまつな
なまあげ さかなねりせいひん



給食時間の約束

<p>茶わんや汁わんは手に 持って食べよう</p> 	<p>好ききらいをしなくて 食べよう</p> 	<p>口に食べ物を入れたまま 話さないようにしましょう</p> 
<p>食べている途中で立ち 歩かないようにしましょう</p> 	<p>食事中にきたない話は やめよう</p> 	<p>よくかんで楽しく 食べよう</p> 

自分の体にあつた量を みつけよう

4月から1年生は初めての給食がはじまり、2～6年生のみなさんは進級と同時に給食の量が少し増えます。この機会に一度自分の学年の普通盛りを食べてみましょう。普通盛りが多い・少ないと感じた人はそれを基準に、次から量を調節しましょう。

