



きゅうしょくだより

令和7年度
小田原市立芦子小学校

こんげつ きゅうしょく もく ひょう いちねんかん ふん かえ
今月の給食目標：「一年間を振り返ろう」

ふとじ りょうり ねんせい と ねんせい いちどた りょうり
太字の料理は、5年生がアンケートを取ってくれた「6年生のもう一度食べたいリクエスト料理」です！

にち 日	よう 曜	こんだてめい 献立名	おも 主にエネルギーの もとになる （黄色のグループ）	おもからだ 主に体をつくる もとになる （赤のグループ）	おもからだ ちようし とどの 主に体の調子を整える もとになる （緑のグループ）	I補給 - (kcal)			びこう 備考	
						たんぱく質 (g)	脂質 (g)	塩分 (g)		
2	月	ぎゅうにゅう（ゆでめん） にくうどん ちくわのいそべあげ	ゆでめん ごまあぶら さとう あぶら こむぎこ	ぎゅうにゅう ぶたにく なると ちくわ あおのり	にんじん たまねぎ ながねぎ	590	24.4	17.9	2.2	
3	火	ぎゅうにゅう （アルファかまい） さんさいごはん はなふのすましじる ひなあられ	ごはん あぶら さとう おふ ひなあられ	ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ とりにく じざかなはんぺん とうふ	しょうが にんじん しいたけ さんさい だいこん	591	24.6	19.3	2.4	もも 桃の節句 こんだて 献立
4	水	ぎゅうにゅう ロールパン おはなのハンバーグ ペンのアーリオ・オーリオ	ロールパン オリーブオイル マカロニ	ぎゅうにゅう ハンバーグ ウインナー	にんにく たまねぎ にんじん キャベツ	625	24.0	24.7	2.0	
5	木	ぎゅうにゅう（ごはん） ハヤシライス おんやさい ごまドレッシング	ごはん あぶら ごまドレッシング	ぎゅうにゅう ぶたにく	にんにく たまねぎ にんじん コーン だいこん キャベツ	630	19.7	20.4	2.0	
6	金	ぎゅうにゅう ごはん いかのさらさあげ あつあげのちゅうかふうに	ごはん さとう かたくりこ あぶら	ぎゅうにゅう いか おから ぶたにく あつあげ	しょうが たまねぎ にんじん しいたけ はくさい こまつな	668	28.4	21.2	1.6	ねんせい 6年生 こうがいがくしゅう 校外学習
9	月	ジョア（ブルーベリー） （ソフトめん）ミートソース マーブルケーキ	ソフトめん あぶら さとう こめこ ホットケーキミックス マーガリン	ジョアブルーベリー ぶたにく だいちミート チーズ だっしふんにゅう ぎゅうにゅう	にんにく たまねぎ にんじん トマト	696	26.6	12.8	1.9	
10	火	ぎゅうにゅう ごはん かんこくふうにくじゃが あおなのナムル	ごはん ごまあぶら じゃがいも さとう ごま	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン	にんにく たまねぎ にんじん いんげん コーン チンゲンサイ もやし	594	19.8	17.1	1.5	
11	水	ぎゅうにゅう こめこパン ぶたにくのコロッケ ミネストローネ	こめこパン あぶら コロッケ マカロニ	ぎゅうにゅう ベーコン	にんにく にんじん たまねぎ トマト	586	22.7	22.4	2.2	ねんせい 5年生 こうがいがくしゅう 校外学習
12	木	ぎゅうにゅう（ごはん） キムタクごはん みそちゃんこじる	ごはん ごまあぶら さとう ごま	ぎゅうにゅう ぶたにく にくだんご ちくわ みそ	にんじん はくさい はくさいキムチ たくあん だいこん キャベツ はねぎ	621	25.4	19.3	2.6	
13	金	ぎゅうにゅう（ごはん） バターチキンカレー カラフルソテー	ごはん マーガリン あぶら	ぎゅうにゅう とりにく ヨーグルト ハム	にんにく たまねぎ にんじん トマト りんごソース コーン キャベツ	650	23.6	21.5	1.9	
16	月	ぎゅうにゅう （ホットラーメン）タンメン やきぎょうざ	ホットラーメン ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく なると ぎょうざ	にんにく しょうが にんじん もやし キャベツ ながねぎ こまつな	593	27.9	16.9	2.1	

※だし・調味料等は記載しておりません。献立や食材は都合により変更になる場合があります。

毎月末は、前月分給食費の納期限です。口座残高の確認や入金にご協力をお願いいたします。

日	曜日	献立名	おも 主にエネルギーの もとになる まいろ (黄色のグループ)	おも からだ 主に体をつくる もとになる あか (赤のグループ)	おも からだ ちようし とどの 主に体の調子を整える もとになる みどり (緑のグループ)	エネルギー (kcal)			備考	
						たんぱく質 (g)	脂質 (g)	塩分 (g)		
17	火	ぎゅうにゅうごはん さけのしおやく とんじる ひじきのいりに	ごはん ごまあぶら じゃがいも あぶら さとう	ぎゅうにゅう さけ ぶたにく みそ ひじき	ごぼう にんじん だいこん ながねぎ つきこんにやく	586	24.8	17.0	2.3	
18	水	ぎゅうにゅうしよくパン クラッカーチキン ABCスープ すだちゼリー いちご&マーガリン	しよくパン あぶら こむぎこ クラッカー マカロニ すだちゼリー いちごジャム&マーガ リン	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン	にんにく たまねぎ にんじん キャベツ こまつな	678	25.6	28.0	2.1	卒業お祝い 献立

小田原市では、神奈川県が実施している給食用食材の放射性物質検査を活用し、月2回 翌日の給食で使用する食材1品を選定し、放射性物質の有無や量を調べています。今後の検査予定および結果については市のHPでお知らせしています。

今月の小田原産・神奈川産食品(予定)

※実際の産地は、当日昼の放送でお知らせしています。

ぎゅうにゅう・ぶたにく・なると・ちくわ・だいこん・こまつな・もやし・はねぎ

3月の
給食目標は

一年間を振り返ろう

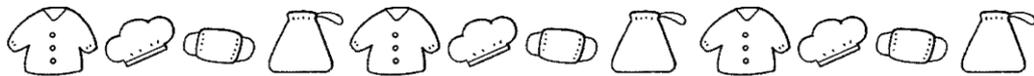
春の訪れを感じる季節になりました。3月の給食目標は「一年間を振り返ろう」です。

毎月の給食目標は、その時期にあったみなさんの給食への取り組みに一番適したものを目標としています。一年間それぞれの月で給食目標を達成することはできたでしょうか？

自分が「できたな」「がんばったな」というところは継続して、「できなかったかもしれないな」「もう少しがんばりたかったな」と思うことはぜひ3月にチャレンジしてみてください。

そして6年生のみなさん、3月の給食で芦子小学校での給食は卒業になります。5年生のみなさんが6年生のためにアンケートを取ってくれました。自分の「もう一度食べたい給食」は入っていたでしょうか。

これから年齢を重ねるにつれてどんどん自分で食べ物を選択する機会が増えていきます。なりたい自分になるために、食べることを大切に中学校でもがんばってください。給食室スタッフ一同、心より応援しています。



給食の時間をふりかえろう

できたものには□にチェックを入れて、給食の時間のふりかえりをしましょう。

<input type="checkbox"/> 協力して給食の準備を することができた 	<input type="checkbox"/> 1人分の量をきれいに 盛りつけた 	<input type="checkbox"/> 楽しく会食することが できた
<input type="checkbox"/> バランスのよい食事の とり方がわかった 	<input type="checkbox"/> 地域の地場産物が わかった 	<input type="checkbox"/> 感謝の気持ちを持って 食べることができた

*給食について疑問な点や質問等がありましたら、担任または栄養教諭まで、気軽に言葉をかけてください。