



きゅうしょくだより

令和8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 きゅうしょく の たいの きゅうしょく
今月の給食目標 「給食のきまりを身につけ、楽しい給食にしよう」

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 さいろ (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)			ひこう 備考	
						たんぱく質 (g)	脂質 (g)	塩分 (g)		
9	木	ぎゅうにゆう (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	ぎゅうにゆう ぶたにく ハム	にんにく たまねぎ にんじん りんごソース コーン キャベツ	632	21.4	19.4	1.9	
10	金	ぎゅうにゆう (アルファかまい) たきこみごはん とんじる いちごゼリー	ごはん あぶら さとう ごまあぶら じゃがいも いちごゼリー	ぎゅうにゆう とりにく あぶらあげ ぶたにく みそ	しょうが にんじん しいたげ ごぼう だいこん ながねぎ	604	21.8	18.7	2.8	
13	月	ぎゅうにゆう (ホットラーメン) みそラーメン にくまん	ホットラーメン あぶら	ぎゅうにゆう ぶたにく みそにくまん	にんにく しょうが にんじん キャベツ もやし めんま コーン ながねぎ	621	25.1	16.1	2.8	
14	火	ぎゅうにゆう (ごはん) こまつなぶたにくどん のっぺいじる	ごはん あぶら さとう はるさめ じゃがいも かたくりこ	ぎゅうにゆう ぶたにく とりにく とうふ	にんにく しょうが たまねぎ にんじん こまつな だいこん こんにやく ながねぎ	601	23.7	17.1	1.7	
15	水	ぎゅうにゆうくろパン かぼちゃコロッケ ABCスープ	くろパン あぶら マカロニ	ぎゅうにゆう ベーコン	かぼちゃコロッケ たまねぎ にんじん キャベツ こまつな	595	20.3	21.0	2.2	
16	木	ぎゅうにゆう (アルファかまい) たきこみチキンライス やさいたっぷりシチュー	ごはん オリーブオイル あぶら マーガリン こむぎこ	ぎゅうにゆう とりにく ベーコン だっしふんにゆう チーズ	にんじん マッシュルーム パセリ たまねぎ キャベツ ブロッコリー	620	22.7	22.2	1.7	
17	金	ぎゅうにゆう ごはん さけのしおやき ぶたにくとあつあげのもの	ごはん あぶら さとう	ぎゅうにゆう さけ ぶたにく あつあげ	しょうが にんじん だいこん いんげん	630	28.5	21.5	1.7	
20	月	ぎゅうにゆう (ソフトめん) ミートソース ココアケーキ	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	ぎゅうにゆう ぶたにく だっしふんにゆう	にんにく たまねぎ にんじん トマト	743	29.4	20.6	2.0	
21	火	ぎゅうにゆう (アルファかまい) たきこみチャーハン ワンタンスープ	ごはん ごまあぶら あぶら こむぎ なたねあぶら	ぎゅうにゆう ぶたにく なると たまご とりにく	にんにく にんじん ながねぎ もやし キャベツ たまねぎ はねぎ	610	25.1	23.1	2.5	
22	水	ぎゅうにゆう こめこパン おはなのハンバーグ やさいのペペロンチーノ	こめこパン オリーブオイル スパゲッティ	ぎゅうにゆう ハンバーグ ウインナー	にんにく たまねぎ キャベツ	601	28.3	25.0	2.3	
23	木	ぎゅうにゆう (ごはん) マーボーどん もやしとねぎのスープ	ごはん ごまあぶら かたくりこ ごま	ぎゅうにゆう ぶたにく だっしふんにゆう みそ とうふ とりにく	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ながねぎ もやし	628	26.5	20.2	1.8	
24	金	ぎゅうにゆう ごはん とりにくのみそづけやき にくじゃが	ごはん さとう あぶら じゃがいも	ぎゅうにゆう とりにく みそ ぶたにく	たまねぎ にんじん しらたき いんげん	622	23.7	17.9	1.3	

※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。

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。

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	献立名	おも 主にエネルギーの もとになる きいろ (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)		
27	月	ぎゅうにゅう (ゆでめん) きつねうどん はんぺんのいしがきあげ	ゆでめん さとう ごま こむぎ あぶら	ぎゅうにゅう とりにく なると あぶらあげ はんぺん	にんじん ながねぎ	603	25.3	19.6	2.5	かいこうきねんび 開校記念日 こんだて①
28	火	ぎゅうにゅう (ごはん) こぎつねごはん うめなるとのすましじる しょうなんゴールドゼリー	ごはん あぶら さとう しょうなんゴールドゼリー	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ とうふ うめなると わかめ	にんじん えだまめ だいこん はねぎ	626	24.3	19.5	1.7	かいこうきねんび 開校記念日 こんだて②
30	木	ぎゅうにゅう ごはん あじフライ とりにくとだいこんのもの	ごはん あぶら さとう	ぎゅうにゅう あじフライ とりにく	しょうが にんじん だいこん いんげん	637	24.5	20.5	1.7	

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・うめなると・なると・はんぺん・とうふ・こまつな・だいこん・はねぎ・もやし

小田原市の学校給食の内容について

主食……業者から製品が届きます。

○ごはん(火・木・金曜日)

白飯・麦ごはん など

※給食室で炊き込んだごはんを提供することもあります

○パン(水曜日)

コッパン・食パン・ぶどうパン・

ロールパン・チーズパン・

米粉パン・ナンなど

○麺(月曜日)

ソフトめん・ゆでめん・

ホットラーメンなど



牛乳(200cc 1本)

カルシウムやたんぱく質などを補うために、ほとんど毎日提供されます。

おかず

衛生面を考慮し、しっかり加熱調理できる2品目が基本です。

煮物・揚げ物・焼き物・炒め物など調理法に変化をつけ、手作りを心がけています。食材は、季節のものや地元産のものを優先しています。調味料は、市で選定されたものを使用します。

給食当番用白衣について

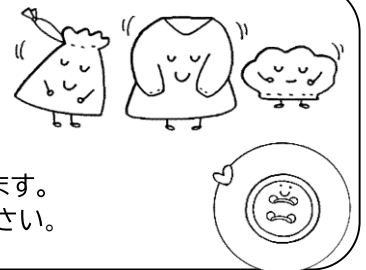
基本的に白衣は貸し出しで、給食当番が終わったら翌週は次の当番が使います。

1週間が終わったら白衣は家に持ち帰り洗濯をお願いします。

ボタンが外れかけていたりゴムが緩んでいたら修繕をして返却していただけると幸いです。

次の人が気持ちよく使える状態にして渡したいと思しますので、ご協力をよろしくお願いいたします。

※個人で白衣を購入し、使いたい方については個別に対応しますので、学校までご相談ください。



保護者の方へ

加工食品などに含まれて入るアレルギーについては、栄養教諭までお問い合わせください。

給食での対応が必要かご検討されている方は、養護教諭または栄養教諭までご相談ください。

長期欠席等で給食を止める必要のある方は、早めに栄養教諭までお知らせください。

保護者の方のお申し出により、給食を停止いたします。



お子さんが通う学校
給食の献立確認や、簡
単なアレルギーチェッ
クができるアプリです。



▲iPhone用



▲Android用