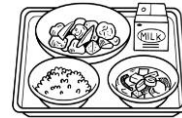




給食たより



ご入学、ご進級おめでとうございます。

桜井小学校では12日(金)から給食が始まります。初日は、桜井小で1番人気のカレーライスです：

給食から、元気に楽しい学校生活が送れるように「心」と「体」をサポートしていきます。

学校給食は、子ども達の成長に必要な栄養がバランス良くとれる食事であり、大切な「食育」の時間です。

クラスで「共食」しながら学び合い、食に関する正しい知識やコミュニケーション能力、食文化などを身につけます。

＜ご家庭へのお願い＞

環境が変わる4月は、疲れやすい時期です。「早寝・早起き・朝ご飯」の規則正しい生活を心がけ、体調管理をお願いします。

特に、「朝ご飯」を食べて登校できるよう、朝の時間に余裕を持ちましょう。主食、主菜、副菜のそろうと望ましいですね。

ご家庭の皆様もお忙しい時期と思いますが、お子様が楽しく運動や勉強を頑張れるようにご協力をお願いします。



日 曜日	献立名	材料名 と からだに入ってから働き			平均栄養価	
		おもにからだをつくる もとなる食品(赤)	おもにエネルギーの もとなる食品(黄)	おもにからだのちょうしを ととのえるもとなる食品(緑)	エネルギー kcal	たんぱく質 g
12 金	牛乳 (ご飯) ポークカレーライス ツナと野菜のソテー	ぎゅうにゅう ふたにく ツナ	ごはん あぶら さとう じゃがいも	にんじん たまねぎ にんにく きゃべつ こまつな とうもろこし	607	21.9
15 月	牛乳 入学進級お祝い給食 お赤飯 お花型のハンバーグ きりぼしだいこん いたに 切干大根の炒め煮	ぎゅうにゅう あすき ハンバーグ あぶらあげ	せきはん さとう あぶら かたくりこ	にんじん ほししいたけ きりぼしだいこん いんげん	600	21.6
16 火	牛乳 (ご飯) 豚肉丼 のっぺい汁	ぎゅうにゅう ふたにく とうふ かつおぶし こうやとうふ	ごはん あぶら さとう かたくりこ じゃがいも	たまねぎ しらたき にんじん ながねぎ だいこん ごぼう	600	27.1
17 水	牛乳 (麺) みそラーメン 揚げしゅうまい	ぎゅうにゅう ふたにく やきふた しゅうまい みそ	めん ごまあぶら あぶら	にんにく にんじん もやし ながねぎ とうもろこし きゃべつ	635	27.0
					21.7	2.5

主食

原則、業者さんから届きます。

ご飯(月・火・金曜日)
巻入りのごはん ・ おこわ ・ 赤飯 など

めん(水曜日)
ソフト麺 ・ ホットラーメン ・ ゆで麺

パン(木曜日)
コッペパン ・ ふどうパン ・ 黒パン ・ ロールパン
食パン ・ 米粉パン ・ ソフトフランスパン など

* 学年に応じて大きさや量が違います。



きゅうしよく ないよう 給食の内容



和風の汁物には、
クラス順に
小田原漆器の木製碗を
使用しています。

ぎゅうにゅう ほん 牛乳200cc 1本



日々成長している子ども達に必要な
カルシウム、たんぱく質、ビタミンなどを
補うために、ほぼ毎日つきます。

おかず

小田原市では衛生面を重視し、しっかりと加熱調理できる2品
が基本です。煮物、揚げ物、焼き物、汁物など、調理法に変化
をつけて、手作りを心がけています。

また、食材はできるだけ国産のものを使用し、地産地消を推
進しています。

* 学年に応じて大きさや量が違います。

【学 校 給 食 費】

皆様にご負担いただく学校給食費は、すべて食材購入のための費用となります。

月額給食費 給食費集金月 年間予定回数 1食単価
4300円 × 11ヶ月 ÷ 184回 = 257円

* 給食費の返金を受けられる場合があります。長期欠席予定があるときは早めに学校へご相談ください。

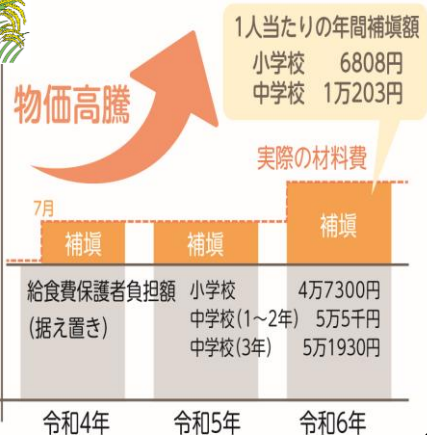
●給食材料費 物価高騰分を補てんしています●

市では、令和4年7月から物価高騰に伴う学校給食費の値上げが分の支援をしています

が、令和6年度も引き続き給食材料費の増額分を補てんし、保護者が負担する学校給食費を据え置き、令和6年度は1食当たり3.7円の補てんを行います。

4月分の納期限は5月31日です。

口座振替の方は、納期限が振替日となります。残高のご確認をお願いします。



日 曜日	献立名	材料名 と からだに入ってから働き			平均栄養価	
		おもにからだをつくる もとになる食品(赤)	おもにエネルギーの もとになる食品(黄)	おもにからだのちょうしを ととのえるもとになる食品(緑)	エネルギー kcal	たんぱく質 g
18 木	牛乳 (ご飯) 黄な粉シュガートースト 豆乳シチュー	ぎゅうにゅう とうにゅう とりにく	パン あぶら じゃがいも さとう マカロニ マーガリン	にんじん たまねぎ こまつな	618 208 28.1 2.0	618 208 28.1 2.0
19 金	牛乳 (ご飯) こもく 五目ごはん みそ汁	ぎゅうにゅう あぶらあげ わかめ とりにく かつおぶし とうふ みそ だいず	ごはん さとう ごまあぶら	にんじん かんぴょう つきこんにやく えだまめ ながねぎ	618 27.7 21.5 1.9	618 27.7 21.5 1.9
22 月	牛乳 (ご飯) まーぼー 麻婆丼 ナムル	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ だいずミート ベーコン	ごはん ごまあぶら さとう かたくりこ	しょうが ながねぎ にんにく たまねぎ にら にんじん こまつな もやし	634 24.7 22.2 2.0	634 24.7 22.2 2.0
23 火	牛乳 (ご飯) チキンライス 春野菜のスープ ヨーグルト	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン ウィンナー ヨーグルト	ごはん あぶら じゃがいも	にんじん たまねぎ とうもろこし きゃべつ えだまめ グリーンアスパラ	668 25.6 20.6 1.8	668 25.6 20.6 1.8
24 水	牛乳 (麺) きつねうどん ちくわの磯部揚げ	ぎゅうにゅう とりにく あおのり あぶらあげ ちくわ かつおぶし	めん さとう ごまぎこ あぶら	にんじん ながねぎ たまねぎ	636 29.6 21.1 2.5	636 29.6 21.1 2.5
25 木	牛乳 黒パン チキンカツ ジャーマンポテト	ぎゅうにゅう ウィンナー とりにく	パン あぶら ごまぎこ じゃがいも	にんじん たまねぎ とうもろこし えだまめ	674 27.7 29.5 2.2	674 27.7 29.5 2.2
26 金	牛乳 (麦ごはん) ちゅうかどん 中華丼 ワンタンスープ マスカットゼリー	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく なると	ごはん あぶら ウィンタン むぎ かたくりこ ゼリー	しょうが ながねぎ にんじん たまねぎ もやし にら きゃべつ	612 22.2 13.2 2.8	612 22.2 13.2 2.8
30 火	牛乳 ご飯 さばの照り焼き じゃがいもとしらたきの炒り煮	ぎゅうにゅう さば ぶたにく あつあげ	ごはん あぶら さとう じゃがいも かたくりこ	しょうが たまねぎ えだまめ にんじん しらたき	663 28.9 22.1 1.6	663 28.9 22.1 1.6

給食だよりには、その日に使う食品を3つの働きに分けて載せています。



そこもしっかり見て、どの食品がどのグループに入るか覚えましょう。
グループ分けができ、食品を組み合わせると栄養バランス良く食べられるようになります。
食品の働きを知ると、食材や栄養、新しい料理や味にも興味が沸きます。
物を大切にする心、探求する力、何に対してもチャレンジする力が育ちます。

日 曜日	献立名	材料名 と からだに入ってから働き			平均栄養価	
		おもにからだをつくる もとになる食品(赤)	おもにエネルギーの もとになる食品(黄)	おもにからだのちょうしを ととのえるもとになる食品(緑)	エネルギー kcal	たんぱく質 g
12 金	牛乳 (ご飯) ポークカレーライス ツナと野菜のソテー	ぎゅうにゅう ぶたにく ツナ	ごはん あぶら さとう じゃがいも	にんじん たまねぎ にんにく こまつな きゃべつ とうもろこし	607 21.9 18.3 1.9	607 21.9 18.3 1.9



今日のおだわら産

ちくわ・さつまあげ・あつあげ
なると・とうふ・あぶらあげ



ちゅうがくねん りょう
中学年の量で
計算してあります。

お 小田原市では、給食用食材の放射性物質検査を行っ
し ています。検査の結果や予定については、小田原市
ら のホームページをご覧ください。



食物アレルギーや好き嫌い、食に関する心配事やご質問などがありまし
たら、いつでも栄養教諭の鈴木淳子、または担任へご相談ください
お子様が過ごしやすくなるよう、一緒に考えていきましょう。

