



# 4月 給食だより



## 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、副菜のそろそろ望ましいですね。

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の働き			平均栄養価 エネルギー kcal たんぱく質 g しほう g えんぶん g
		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)	
		ごはん あぶら さとう じゃがいも	にんじん にんにく こまつな とうもろこし	にんじん たまねぎ にんにく こまつな きやべつ とうもろこし	
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 きやべつ とうもろこし	607 21.9 18.3 1.9
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 切り干大根の炒め煮	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 ほししいだけ きりぼしだいこん いんげん	600 21.6 19.9 1.3
16 火	牛乳 (ご飯) 豚肉丼 のっぺい汁	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ かつおぶし こうやどうふ	ごはん あぶら さとう かたくりこ じゃがいも	たまねぎ にんじん だいこん しらたき ながねぎ ごぼう	600 27.1 16.1 1.9
17 水	牛乳 (麺) みそラーメン 揚げしゅうまい	ぎゅうにゅう ぶたにく やきぶた しゅうまい みそ	めん ごまあぶら あぶら	にんにく もやし とうもろこし にんじん ながねぎ きやべつ	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)

麦入りごはん・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・ぱどうパン・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。

## きゅうしょく ないよう

### 給食の内容



## 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。

## 【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。

$$\text{月額給食費} \times \text{給食費集金月} \times \text{年間予定回数} = \text{1食単価}$$

$$4300円 \times 11ヶ月 \div 184回 = 257円$$

\* 給食費の返金が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がり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  
まもります。令和6年度は1食あたり37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。

1人当たりの年間補填額

小学校 6808円

中学校 1万203円

実際の材料費

## 物価高騰

7月

補填

補填

給食費保護者負担額 (据え置き)	小学校	4万7300円
	中学校(1~2年)	5万5千円
	中学校(3年)	5万1930円

令和4年

令和5年

令和6年

日 曜日	献立名	材料名 と からだに入つてからの働き			平均栄養価 エネルギー kcal たんぱくしつ g しほう g えんぶん g
		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)	
18 木	牛乳 黄な粉シガートースト 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 こむぎこ じやがいも 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 20.8 28.1 2.0
19 金	牛乳 (ご飯) 五目ごはん みそ汁	ぎゅうにゅう あぶらあげ とりにく かつおぶし とうふ みそ だいす	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
22 月	牛乳 (ご飯) 麻婆丼 ナムル	ぎゅうにゅう びたにく とうふ だいすミート ベーコン	ごはん ごまあぶら さとう かたくりこ	しょうが にんにく ながねぎ たまねぎ にら にんじん こまつな もやし	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 ワインナー ヨーグルト	ごはん あぶら じやがいも	にんじん たまねぎ とうもろこし きやべつ えだまめ グリーンアスパラ	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 あぶら	こむぎこ にんじん ながねぎ たまねぎ	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 ワインナー とりにく	パン あぶら パンこ	こむぎこ じやがいも 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
26 金	牛乳 (麦ごはん) 中華丼 ワンタンスープ マスカットゼリー	ぎゅうにゅう びたにく とりにく なると	ごはん あぶら ワンタン	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 きやべつ	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 にんじん にんにく こまつな きやべつ にまねぎ えだまめ しらたき	663 28.9 22.1 1.6

給食だけには、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、食品を組み合わせて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、食事や栄養、新しい料理や味にも興味が湧きます。  
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 からだに入つてからの働き			平均栄養価 エネルギー kcal たんぱくしつ g しほう g えんぶん g
		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)	
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 にんにく こまつな きやべつ とうもろこし	607 21.9 18.3 1.9



### 今月のおだわら産

ちくわ・さつまあげ・あつあげ  
なると・とうふ・あぶらあげ



中学生の量で  
計算してあります。

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



しほう 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て、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。

