

令和5年度(2023年)

市のホームページにも掲載しています。



4 月

献立予定表 (Bコース)



小田原市学校給食センター

日 曜日	献立名	主に体の組織を つくる食品 (赤)	主にエネルギーに なる食品 (黄)	主に体の調子を 整える食品 (緑)	エネルギー kcal たんぱく質 g 脂 肪 g 塩 分 g	中止など
		醤油・ケチャップ・調味料・香辛料などは記載してありません				
10 月	入・進級 お祝い給食 ジョア ご飯 ☆花型ハンバーグの和風あんかけ きんぴらごぼう	ジョア ハンバーグ 豚肉 さつまあげ	ご飯 油 砂糖 片栗粉 ごま油 ごま	ねぎ ごぼう にんじん つきこんにゃく いんげん	659 23.8 17.5 1.7	
11 火	牛乳 米粉ロールパン ☆小田原野菜のクリームシチュー 春キャベツとウインナーの炒め物	牛乳 鶏肉 脱脂粉乳 ウインナー	米粉ロールパン 油 バター じゃがいも 小麦粉	にんじん たまねぎ かぶ こまつな キャベツ	750 31.5 33.2 3.1	
12 水	牛乳 麦入りご飯 鮭の塩焼き 生揚げの煮物	牛乳 鮭 豚肉 生揚げ	ご飯 麦 油 砂糖 片栗粉	しょうが にんじん たまねぎ いんげん	734 37.3 29.6 2.0	
13 木	牛乳 味噌ラーメン 焼きしゅうまい	牛乳 豚肉 からスープポーク&チキン 味噌 しゅうまい	ホットラーメン ごま油 油	しょうが にんにく にんじん もやし コーン ねぎ	805 34.9 23.9 4.0	
14 金	牛乳 豚肉の生姜焼き丼 すまし汁 ヨーグルト	牛乳 高野豆腐 豚肉 かつお節 はんぺんあられ ヨーグルト	ご飯 麦 油	しょうが にんじん たまねぎ めんま にら だいこん こまつな	723 31.2 22.0 2.5	
17 月	牛乳 豚肉丼 小田原野菜の味噌汁 ストロベリーゼリー	牛乳 かつお節 豚肉 味噌 豆腐 油揚げ 高野豆腐	ご飯 油 砂糖 片栗粉 ストロベリーゼリー	にんにく しょうが たまねぎ にんじん しらたき ぶなしめじ いんげん かぶ ねぎ	799 34.8 28.3 3.3	
18 火	牛乳 ロールパン フライドチキン チリコンカン	牛乳 鶏肉 豚肉 ウインナー ひよこ豆 大豆 金時豆 手土産	ロールパン 油 小麦粉	にんにく にんじん たまねぎ トマト 枝豆	907 39.8 48.2 2.9	
19 水	牛乳 マスカットゼリー 麦入りご飯 鶏肉の香味焼き 大根のピリ辛煮	牛乳 鶏肉 豚肉	ご飯 麦 油 ごま 砂糖 片栗粉 マスカットゼリー	しょうが にんにく にんじん だいこん	786 32.3 30.4 1.4	
20 木	牛乳 肉南蛮うどん ☆地魚はんぺんの磯辺揚げ	牛乳 豚肉 かつお節 地魚入り白はんぺん 青のり	ゆでめん 油 砂糖 小麦粉 片栗粉	にんじん はくさい しいたけ ねぎ こまつな	873 36.9 29.4 3.0	
21 金	牛乳 麦入りご飯 いかの更紗揚げ 新じゃが芋の煮物	牛乳 ロールいか 豚肉 かつお節	ご飯 麦 砂糖 片栗粉 油 じゃがいも	しょうが にんじん しらたき たまねぎ いんげん	767 31.9 25.9 1.5	
24 月	牛乳 ご飯 いわしのカリカリフライ 五目豆	牛乳 鶏肉 昆布 かつお節 大豆 さつまあげ いわしのカリカリフライ	ご飯 油 砂糖	こんにゃく にんじん	704 26.7 29.2 1.1	
25 火	牛乳 ホットドック ベーコンポテト	牛乳 フランクフルト ベーコン	コッペパン 油 じゃがいも	たまねぎ にんじん パセリ	687 28.5 30.8 3.0	

配膳時の感染防止のため、パンは個包装にし、おかずは配膳のしやすいもの等
メニューを工夫し、安心安全な給食を提供できるように努めていきます。

今月の小田原産

～給食で使用する、地場産物を紹介します～



さつまあげ はんぺんあられ 地魚入り白はんぺん



小田原市の学校給食では、平成24年度9月から給食で使用する食材の放射性物質検査を実施しています。
検査結果については、市のホームページでお知らせしています。

ここも見て！

献立表には、その日の献立名のほかにも、使われている食材の名前がのっています。
『今日の給食は何か？』だけでなく、何が使われているかも、見てみてください。

学年の中止等が書いてありますので、確認してください。

日 曜日	献立名	主に体の組織をつくる食品 (赤)	主にエネルギーになる食品 (黄)	主に体の調子を整える食品 (緑)	エネルギー kcal たんぱく質 g 脂 肪 g 塩 分 g	中止など
		醤油・ケチャップ・調味料・香辛料などは記載してありません				
26 水	牛乳 鶏五目ご飯 豚汁	牛乳 鶏肉 豚肉 かつお節 味噌 高野豆腐 豆腐 油揚げ	ご飯 麦 油 砂糖 じゃがいも	ごぼう にんじん たもぎたけ いんげん こんにゃく だいこん ねぎ	703 31.4 23.9 2.4	
27 木	牛乳 ミートソース 野菜のイタリアンドレッシング炒め	牛乳 豚肉 大豆 ウインナー	ソフトめん 油 バター 小麦粉 砂糖 イタリアンドレッシング	にんにく たまねぎ にんじん トマト もやし コーン 枝豆	881 34.9 26.9 3.0	
28 金	牛乳 ポークカレーライス 野菜ソテー	牛乳 豚肉 脱脂粉乳 ウインナー	ご飯 麦 油	にんにく たまねぎ にんじん ピーマン コーン いんげん りんご	854 29.2 32.9 3.4	

- ※給食で使用されている生鮮食品(野菜・肉・魚)の産地を毎日学校へお知らせしています。
- ※材料名の「ねぎ」は、その時の出荷状況により「長ねぎ」か「葉ねぎ」を使用します。
- ※揚げ油は、3回程度使用しています。
- ※物資の都合により、献立が変更になる場合があります。
- ※☆は、新メニューです。
- ※アレルギーのある方は、概況表の表示を見てください。

主食について

主食の米飯・パン・麺製品につきましては、同じラインでアレルギーとなるそば・卵・えび等を使用した製品を製造している場合があります。ご不明な点がありましたら学校給食センター(36-7512)までご連絡ください。

【加工食品の表示について】

加工食品に含まれている主な食材につきましては、食物アレルギー対象生徒のご家庭へお配りしている学校給食献立概況表に記載しています。ご不明な点がございましたら、学校給食センターまでご連絡ください。

【給食内容について】

主食・・・各業者から届きます

ご飯(月・水・金曜日)

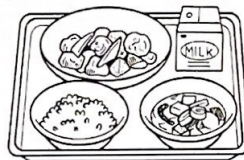
麦入りご飯・ご飯・さくら飯
赤飯・山菜おこわ

パン(火曜日)

コッペパン・食パン・ぶどうパン
ロールパン・黒パン・チーズパン
サンドパン・ソフトフランス
玄米パン・米粉パン・米粉ロールパン
ナン・フォカッチャ・白パン

めん(木曜日)

ソフトめん・ホットラーメン・ゆでめん



●牛乳200cc 1本

日々成長している体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毎日つきます。

麦には、米に比べると約20倍の食物繊維が含まれており、簡単に食物繊維を摂取することができます。また、体を疲れにくくしてくれるビタミンB1も多く含まれています。給食では、麦入りご飯も取り入れています。

●おかず

衛生面を考慮し、しっかり加熱調理できる2品が基本です。煮物、揚げ物、焼き物など、調理法に変化をつけ、手作りを心がけています。食材は地元産を優先し、安全で質の良いものを使用しています。

【給食費について】

令和5年度 月額5000円

食材は、給食費でまかなわれています。期限までにお支払いをお願いいたします。

<小田原市物価高騰分保護者負担軽減事業について>

物価高騰下においても、これまでどおり学校給食の栄養バランスや量を保てるよう、4月から一人一食あたりの給食材料費を小学校19円(年額3,496円)、中学校35円(年額6,265円)、幼稚園3円(年額507円)増額しました。この増額分については、市が負担し、保護者の皆様にご負担いただく額(給食費)が増えないよう支援いたします。

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。