

給食だより 4月

令和7年度

勝浦町学校給食センター

ご入学・ご進級おめでとうございます。色とりどりの花が咲き誇る中、希望に満ちあふれた新年度が始まりました。皆さんの学校生活がより充実したものとなるように、日々の給食を通して応援していきたいと思ひます。1年間、よろしくお願い致します。



がっ こう きゅう しょく

学校給食は「食」

しょく

を学ぶ時間です！



学校給食は単なる食事の時間ではなく、「学校給食法」に基づき実施される教育活動です。栄養バランスのとれた食事を提供することで、成長期にある子どもたちの健全な発達を支えることはもちろん、健康によい食事や食文化、地場産物、食事のマナーなど、さまざまなことを学ぶための時間です。



給食では旬の食材を取り入れていますが、骨のある魚、皮付きの果物など、食べるのにひと手間かかるものは面倒だからと敬遠されがちです。



食べ方がわからない場合もありますので、ご家庭でも食べ方を教えていただければと思います。また、給食で初めて食べる食品でアレルギー症状が出ることがあります。献立表を確認いただき、食べたことのない食品がある場合は、ご家庭で事前に試していただくと安心です。



4月の献立紹介

10日(木)…進級と中学1年生の入学をお祝いし

せきはんがついています。

14日(月)…小学1年生のはじめての給食です。

まずは、食べやすいカレーライスから！

給食の雰囲気になれ、好きになって

くれるとうれしいです。

15日(火)…旬を迎えた新たまねぎを使ったみそ汁！

24日(木)…旬のたけのこを使ったたけのこごはん！

春の香りがするかな～？



4月分学校給食予定献立表

日 (曜)	こ ん だ て 名			カロリー(kcal) タンパク質(g) しぼう(%)	血・骨・肉になる食品	体の調子を良くする食品	エネルギーになる食品
9 (水)	ビビンバ	牛乳	わかめスープ	594 27.3 19.3	牛乳 きゅうにく とりに く みそ とりにく ベー コン とうふ わかめ	しょうが にんじん も やし こまつな たまね ぎ きくらげ	こめ おしむぎ さとう ごま油 白ごま
10 (木)	せきはん	牛乳	たぬきじる いわしのフライ ゆかり あえ	612 22.6 20.9	牛乳 あすき さつまあ げ あぶらあげ いわし のフライ	こんにゃく にんじん え のきたけ たまねぎ 葉ね ぎ しょうが キャベツ	せきはん 白ごま ごま 油 でんぶん あぶら
11 (金)	セルフツナサラ ダサンド(食パン)	牛乳	パンキンポタージュ (ツナサラダ)	656 28.3 30.8	牛乳 スライスチーズ とりにく ベーコン と うにゅう ツナ	かぼちゃ たまねぎ ほ んしめじ にんじん か ぼちゃ きゅうり	しょくパン こめこ バ ター なまクリーム マ ヨネーズ
14 (月)	とりにくとレン ズまめのカレー	牛乳	コーンサラダ ふくしんづけ おいわいいちごゼリー	699 25.1 18.1	牛乳 とりにく レンズ まめ ハム	たまねぎ にんじん えだ まめ トマト にんにく キャベツ きゅうり コー ン ふくしんづけ	こめ じゃがいも あぶ ら ドレッシング いち ごゼリー
15 (火)	ごはん	牛乳	しんたまのみそしる わふうおろしハンバーグ ポイルやさい	612 25.3 18.6	牛乳 ちくわ とうふ みそ ハンバーグ	たまねぎ しいたけ に んじん 葉ねぎ だいこ ん キャベツ こまつな	こめ
16 (水)	ぶたどん	牛乳	とさのゆすかあえ	597 22.9 17.6	牛乳 ぶたにく ちくわ けすりぶし	たまねぎ にんじん 葉 ねぎ こんにゃく キャ ベツ こまつな ゆず酢	こめ あぶら さとう サラダ油 さとう
17 (木)	ごはん	牛乳	くきわかめのきんぴら しろみさかなのなんばん づけ	654 26.8 20.3	牛乳 ぶたにく くきわ かめ さつまあげ メル ルーサ	ごぼう にんじん こんに ゃく えだまめ たま ねぎ 葉ねぎ	こめ 白ごま さとう ごま油 でんぶん あぶ ら さとう
18 (金)	コッペパン いちごジャム	牛乳	ミートソースパグッティ はるいろサラダ	642 25.9 21.0	牛乳 きゅうにく ぶた にく ハム	たまねぎ にんじん マッシュ ルーム グリンピース にんに く トマトピューレ キャベツ アスパラガス コーン	コッペパン ジャム スパ グッティ あぶら 和風ド レッシング(ゆずかつお)
21 (月)	ごはん	牛乳	あつあげとじゃがいものそぼろ にきゅうりとわかめのすのもの ミニりんごゼリー	638 24.6 17.1	牛乳 とりにく 厚揚げ さつまあげ ちりめん わかめ	にんじん たまねぎ え だまめ しょうが きゅ うり ゆず	こめ じゃがいも あぶ ら 白ごま さとう ミ ニりんごゼリー
22 (火)	ごはん	牛乳	ぐだくさんみそしる あまからとりごぼう	652 29.4 19.8	牛乳 とうふ あぶらあ げ わかめ みそ とり にく	にんじん たまねぎ し いたけ 葉ねぎ ごぼう	こめ でんぶん あぶら さとう 白ごま
23 (水)	ごはん	牛乳	まあぼうとうふ さんしょくナムル	630 27.7 22.4	牛乳 とうふ ぶたにく みそ	たまねぎ にんじん たけ のこ ほししいたけ 葉ね ぎ しょうが にんにく もやし こまつな	こめ あぶら さとう でんぶん ごま油 白ご ま
24 (木)	たけのこごはん	牛乳	えのきのすましじる いわしのうめに ポイルキャベツ	606 32.9 19.1	牛乳 あぶらあげ こん ぶ かつお とうふ か まぼこ いわし	たけのこ えだまめ にん じん えのきたけ はくさ い 葉ねぎ キャベツ	こめ
25 (金)	コッペパン	牛乳	ボークビーンズ ごぼうサラダ	673 33.2 28.0	牛乳 ぶたにく ベーコ ン だいず	たまねぎ にんじん え だまめ トマト ごぼう きゅうり コーン	コッペパン じゃがいも バター さとう なまク リーム ごまドレッシング
28 (月)	ごはん	牛乳	とりとこんにゃくのみそに ひじきのすだちずあえ	611 27.8 14.7	牛乳 とりにく さつま あげ みそ ひじき ち くわ ちりめん	こんにゃく ごぼう に んじん えだまめ しょ うが きゅうり すだち	こめ じゃがいも あぶ ら さとう 白ごま
30 (水)	ごはん	牛乳	ホイコウロウ きりほしだいこんのさん ばいず	602 23.0 19.2	牛乳 ぶたにく みそ わかめ ちりめん	キャベツ たまねぎ にん じん きくらげ ヒーマン にんにく しょうが だ いこん きゅうり	こめ さとう あぶら ごま油 でんぶん 白ご ま

※ 栄養価は小学校(中学年)の摂取基準量に基づいております。材料購入、その他理由における変更をご了承ください。



「阿波かつうら情報アプリ」と、ホームページの「本日
の給食」で毎日の給食写真を掲載しています。
 ←「今日の給食」は、こちらのQRコードを読み取っていただくとご覧いただけます。

