



2019年度4月分 小学校給食こんだて表

岸和田市教育委員会
岸和田市学校給食会

ご入学、ご進級おめでとうございます。

期待に胸をふくらませ、希望に満ちた新年度がスタートしました。

楽しい学校生活を送るためには、健康第一です。毎日、元気に登校し、力いっぱい勉強や運動ができるように、早寝早起きを心がけ、朝ごはんをしっかり食べてくるようにしましょう。

さて、安全でおいしい学校給食が始まります。みんなで仲良く、楽しい雰囲気の中で栄養バランスのとれた給食を食べ、健康に過ごしてほしいと願っています。



	岸和田市 実施基準	今月の平均
エネルギー (キロカロリー)	625	596
たんぱく質 (パーセント)	摂取エネルギー全体の 13~20	15
脂質 (パーセント)	摂取エネルギー全体の 20~30	29

火	水	木	金
9 ●ぎゅうにゅう ごはん ■こめ ぎゅうどんのぐ ●ぎゅうにく ■さとう ▲たまねぎ ▲いとこんにやく ▲あおねぎ ▲しょうゆ ■サラダあぶら ▲りょうりしゅ みそしる ▲にんじん ▲あおねぎ ▲たまねぎ ●あかみそ ■じゃがいも [けずりぶし ▲キャベツ [だしこんぶ ▲ふともやし	10 ●ぎゅうにゅう こくどうパン とうふのちゅうかに ●とうふ ■サラダあぶら ●ぶたにく ■かたくりこ ●うずらたまご チキンブイヨン ▲つちしょうが みりん ▲にんじん うすくちしょうゆ ▲たまねぎ しょうゆ ▲キャベツ しお ▲あおねぎ メヒカリのからあげ ●メヒカリ(こなつき) ■あぶら	11 ●ぎゅうにゅう げんりょうコッペパン ベーコンとキャベツのスパゲティ ●ベーコン ■スパゲティ ▲キャベツ ■オリーブオイル ▲たまねぎ しろワイン ▲にんじん しお ▲ぶなしめじ こしょう ▲にんにく うすくちしょうゆ ▲パセリ しお ホキのカレーふうみやき ●ホキ しお ▲たまねぎ こしょう ■サラダあぶら カレーこ	12 ●ぎゅうにゅう ごはん ■こめ はるやさいのにももの ▲たけのこ ●ひらてん ■ながいも けずりぶし ▲ふき ■さとう ●とりにく みりん ▲にんじん うすくちしょうゆ ぶたじる ●ぶたにく ▲あおねぎ ▲にんじん ●あかみそ ▲たまねぎ こんにく ▲ふともやし にぼし
15 ●ぎゅうにゅう たけのこごはん ■こめ りょうりしゅ ▲たけのこ うすくちしょうゆ ▲にんじん みりん ●とりにく しお さわらのたつたあげ ●さわらのたつたあげ ■あぶら みそしる ▲にんじん ▲あおねぎ ▲たまねぎ ●あかみそ ▲キャベツ ●しろみそ ▲ふともやし [けずりぶし ▲えのきたけ [だしこんぶ	16 ●ぎゅうにゅう ごはん ■こめ こめこのカレーライス ●ぎゅうにく ▲りんごピューレ ▲つちしょうが ▲チキンブイヨン ▲にんにく ▲ケチャップ ▲たまねぎ ▲ウスターソース ▲にんじん ▲のうこうソース ■じゃがいも しょうゆ ■サラダあぶら しお ■こめこカレーパウダー こしょう フルーツミックス ▲みかん(かんづめ) ▲ぶどう(かんづめ) ▲なし(かんづめ)	17 ●ぎゅうにゅう うずまきパン とりにくのバーベキューソース ●とりにく ■さとう ▲あおねぎ ■かたくりこ ▲つちしょうが しお ▲にんにく こしょう ■サラダあぶら しょうゆ ▲りんごピューレ りょうりしゅ コンスープ ●ベーコン ■こめこホワイトルウ ▲クリームコーン しお ▲ホールコーン こしょう ▲にんじん とりがら ▲たまねぎ セロリ ■じゃがいも ローリエ ▲パセリ	18 ●ぎゅうにゅう コッペパン コロツケ ■コロツケ ■あぶら ミネストローネ ●ベーコン ■オリーブオイル ▲にんじん うすくちしょうゆ ▲たまねぎ しお ▲キャベツ こしょう ▲トマト(みずに) とりがら ■こめこマカロニ(ほし) セロリ ローリエ
22 ●ぎゅうにゅう ごはん ■こめ ビビンバのぐ ●ぎゅうにく ▲チンゲンサイ ▲にんにく ▲サラダあぶら ▲ぜんまい ■さとう ▲ふともやし しょうゆ ▲にんじん コチュジャン きざみのり タツコムタン ●とりにく うすくちしょうゆ ▲たまねぎ しお ▲えのきたけ こしょう ▲あおねぎ とりがら [あおねぎ [つちしょうが	23 ●ぎゅうにゅう ごはん(またはえんどうごはん) ■こめ さけとキャベツのしおこうじやき ●さけ ■サラダあぶら ▲つちしょうが ■かたくりこ ▲キャベツ しおこうじ ▲にんじん しょうゆ あつあげのみそしる ●あつあげ ▲あおねぎ ▲たまねぎ ●あかみそ ■じゃがいも ●しろみそ ▲ふともやし けずりぶし ▲えのきたけ	24 ●ぎゅうにゅう コッペパン にこみチキンハンバーグ ●チキンハンバーグ ウスターソース ●しろみそ ケチャップ ■さとう やさいのようふうに ●フランクフルトソーセージ うすくちしょうゆ ▲にんじん しお ▲たまねぎ こしょう ■じゃがいも とりがら ▲キャベツ セロリ ▲パセリ ローリエ	25 ●ぎゅうにゅう こめごはん グラタンふう ●とりにく ●ぎゅうにゅう ▲たまねぎ ●こなチーズ ▲にんじん ■サラダあぶら ■じゃがいも ■バター ▲マッシュルーム ■こむぎこ ■マカロニ しお ▲パセリ こしょう チキンブイヨン ハムとアスパラガスのサラダ ●ハム しお ▲グリーンアスパラガス ▲キャベツ たまねぎドレッシング
26 ●ぎゅうにゅう えんどうごはん(またはごはん) ■こめ しお ▲えんどう さばのみそに ●さば ■さとう ▲つちしょうが しょうゆ ●しろみそ みりん ●あかみそ わかたけじる ●さくらがたかまほこ ▲みつば ▲たけのこ うすくちしょうゆ ▲にんじん みりん ▲たまねぎ しお ▲えのきたけ [けずりぶし ●わかめ [だしこんぶ			

■..き(ちからやねつになる) ●..あか(からだのにくや、ち、ほねになる) ▲..みどり(からだのちょうしをととのえる) ※やむをえない事情により内容を変更する場合があります。ご了承ください。

★「アレルギー情報」はこちら

岸和田市 小学校 給食献立 検索

☆☆☆☆☆☆ 【ご家庭へのお知らせとお願い】 ☆☆☆☆☆☆

献立表

毎月配布します。ご家庭の献立や食生活の参考にご活用ください。



給食当番

給食当番の際はエプロン・帽子などを使用します。学校のおしらせにそってご家庭でご用意ください。また、週末に持ち帰りますので、お手数ですが洗濯をお願いします。



給食費

1食あたり、低学年232円、中学年235円、高学年238円です。保護者の皆さまにご負担いただく給食費は食材料費のみで、それ以外の人件費や施設・設備にかかる経費は含まれません。

●給食停止と返金について●

病気などで1週間に上欠席される場合は、学校にお知らせください。数量変更が可能な日(土日祝含まず4日後)から給食停止にすることができます。給食停止日数分の給食費は、後日返金します。なお、停止の申し出がない場合は、返金の対象になりませんのでご注意ください。

岸和田市学校給食実施基準

学校給食では児童の体格に見合ったエネルギー量を求め、給食の実施基準を定めています。

- ・エネルギー 625キロカロリー
- ・たんぱく質 摂取エネルギー全体の13~20%
- ・脂質 摂取エネルギー全体の20~30%



食物アレルギーはありませんか?

アレルギーの原因となる主な食品



岸和田市の学校給食では、食物アレルギー対応として、卵・乳・小麦・えびの除去食を実施しています。また、パン・ごはん・飲用牛乳など、除去による給食費の返金ができるものもあります。そば・落花生・かにを含む食品と生卵は使用しません。アレルギー対応を希望される場合は、申請書の提出が必要ですので、学校へ申し出てください。