

平成26年度(2014年)4月分小学校給食予定表

日・曜日	献立名	つかうもの	のみもの	おもなざいりよう	主に血や肉や骨になるもの	主に身体の調子をよくするもの	主に働く力のもとなるもの	エネルギー
9	しゅよく つけるもの			おもなざいりよう			たんぱく しゅ	
9	ごもくごはん	はし	ぎゅうにゅう	あかいろのしよ(ひん) あぶらあげごおりどうふ みそ わかめ さけとりにくぎゅうにゅう	(みどりいろのしよ(ひん)) キャベツ ごぼう こまつな たまねぎ にんじん ながねぎ えのきしいたけ しめじ	こむぎこパンこしちぶつきまい こんにやくなたねあぶら	658kcal 30.1g	
10	ターメリックライス	スプーン フォーク	ぎゅうにゅう	おたにくぎゅうにゅう なまクリーム	キャベツ たまねぎ ホールコーン トマト にんじん ほうれんそう マッシュルーム	こむぎこせいはいくまいなたねあぶら バター ドレッシング	646kcal 22.7g	
11	たきこみせきはん ごまお	はし	ぎゅうにゅう	ささげ どうふ さわら ぶたにく ぎゅうにゅう	ごまつな たまねぎ にんじん はくさい しらぬい ジャーベト	もちごめ せいはいくまいでんぶん なたねあぶら ごまお	623kcal 24.9g	
14	あげパン(きびざとう)	スプーン フォーク	ぎゅうにゅう	どうふ とりにく ぶたにくぎゅうにゅう あおだいず	セロリ たけのこ たまねぎ クリームコーン にんじん ほうれんそう チンゲンさい	こむぎこじゃがいも さとう なたねあぶら パンでんぶん	615kcal 26.0g	
15	はくはん	はし スプーン	ぎゅうにゅう	みそ ぶたにくぎゅうにゅう	ピビンバ はるさめ サラダ (インゲン・トマト)	はるさめ せいはいくまいでんぶん ごま こまあぶらなたねあぶら ドレッシング	646kcal 25.1g	
16	はくはん	はし スプーン	ぎゅうにゅう	どうふ あぶらあげ だいず みそ ぶたにくぎゅうにゅう あつやきたまご	カップなつどう(しょうゆ) とんじる あつやきたまごのやさいあんかけ	せいはいくまいこんにやくじゃがいも なたねあぶら でんぶん	694kcal 30.1g	
17	ごもくつけうどん	はし	ぎゅうにゅう	あぶらあげ なるとまき ぶたにく ぎゅうにゅう	やさいかきあげ えのき サラダ(わふう・トレッピング)	ゆでめんごまなたねあぶら ドレッシング	706kcal 22.6g	
18	ピースごはん	はし	ぎゅうにゅう	あぶらあげ みそ わかめ にほし ぎゅうにゅういかナゲット	イカナゲット 2-3こ じゃがまるじる	せいはいくまいなたねあぶら じゃがもちボール	636kcal 24.9g	
21	ママーブルしよ(パン)	スプーン フォーク	ぎゅうにゅう	どうふ とりにく ぶたにくぎゅうにゅう ポークハンバーグ	かぶのたけにゅうクリームに ポークハンバーグ ティラミス りんごのコンポート	パンじゃがいも でんぶんなたねあぶら こむぎこ	647kcal 27.6g	
22	ちりめんゆかりごはん	はし	ぎゅうにゅう	どうふ ちりめんじゃこ ぶたにく ぎゅうにゅう しろみさかなのフリッター	たまねぎ にんじん だいずもやし ゆかり	せいはいくまいでんぶんごま ごまあぶら なたねあぶら	634kcal 24.8g	
23	ジャンバラヤ アメリカリ(ほうり)	はし	ぎゅうにゅう	きんとまきめ ぶたにく ベーコン ぎゅうにゅう ぜんらん	たまねぎ トマト にんじん パセリ ピーマン あかピーマン りんごパイ	シェルマカロニ こむぎこ しちぶつきまい じゃがいも なたねあぶら	700kcal 20.2g	

# 平成26年度(2014年)4月分小学校給食予定表

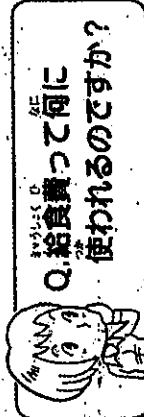
国立市立学校第一給食センター  
 栄養士:山本真由美  
 TEL 042-572-4177

日	曜	しゅしよく	つけもの	のみもの	つかうもの	献立名	主に血や肉や骨になるもの (あかいろのしよくひん)	主に身体の調子をよくするもの (みどりいろのしよくひん)	主に働く力のもとになるもの (きいろのしよくひん)	エネルギー
24	木	はくはん	はし	ぎゅうにゆう	はし	ミートボールちゃんこ ムロアジメンチウリス どうきょうプリン	あぶらあげ ポークマトボール ぎゅうにゆうプリン ムロアジメンチ	ごぼう だいこん にんじん ながねぎ はくさいしいたけ	せいはいまいこめぬかあぶら なたねあぶら でんぶ じゃがいも	たんぱく しつ
25	金	やさいのカレーライス	スプーン フォーク	ぎゅうにゆう	スプーン フォーク	ポイルやさい(ごまトッピング) あおりんごゼリー	おたにく ぎゅうにゆう かまぼこ	かぼちや キャベツ しよがたまねぎ トマト なす にんじん にんにく ピーマン あおりんごゼリー ホールコーン	こむぎこ せいはいまい なたねあぶら トロッキング じゃがいも	714kcal 24.1g
28	月	まるパン	スプーン フォーク	ぎゅうにゆう	スプーン フォーク	ABCスープ やさいコロック(ソース) もやし かわかめササガ (ハンパントートトッピング)	くさわかめ ショルダubeコーン ぎゅうにゆう	セロリー たまねぎ ホールコーン にんじん もやし グリンピース	ABCマカロニ じゃがいも なたねあぶら やさいコロック パン トロッキング	588kcal 18.9g
30	水	たけのこごはん	はし	りんごジュース	はし	さくらかまぼこのすましじる あつあげのそぼろあん (ていこにちゆうにこころこ)	どうふ なまあげ あぶらあげ さくらかまぼことりにくおたにく りんごジュース	だいこん たけのこ たまねぎ にんじん ながねぎ ねみつぶ りんごジュース	せいはいまいもちこめこめぬか でんぶ なたねあぶら	677kcal 20.0g

● 太字は国立の野菜です。(10日、17日、ほうれん草)  
 ※材料の種類により、多少の献立変更があります。  
 ※栄養価の数値は、中学年(3~4年)を基準としていますが、おおむね  
 低学年(1~2年)は、0.9、高学年(5~6年)は1.1の比率となっています

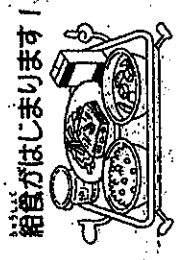
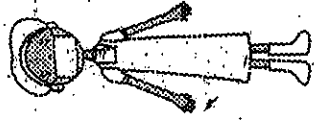
平均摂取量  
 654キロカロリー、24.1グラム

＜保護者の皆様へ＞  
 給食費についてお知らせ  
 1年生・2年生 月額3,650円(1年生は4月のみ1,100円)  
 3年生・4年生 月額3,950円  
 5年生・6年生 月額4,250円  
 上記金額で毎月納めていただきます。(ただし、8月は除きます。)  
 ◎口座振替ご利用の方へ  
 口座引落日は毎月22日(口座引落日が休日の場合は翌営業日)です。  
 なお、4月分は、平成26年5月22日(木)に5月分と一緒に引落させていただきます。  
 ◎納入通知書ご利用の方へ  
 5月中旬に学校を通じて納入通知書を送付いたします。納入期限は、  
 毎月20日です。  
 4月分は5月分と一緒に納めてください。  
 ◎就学援助について  
 就学援助の申請は、毎年度行う必要があります。前年度の認定者  
 でも、申請して認定されなければ4月分より支払い義務が生じます。  
 詳しくは教育総務課へご相談ください。



Q. 給食費って何に使われるのですか?

A. 給食費は子どもたちにおいしい給食をつくるための食料費となります! 地域でつくられた新鮮で安心安全な食料を積極的に取り入れ、成長期の子どもたちのために、栄養バランスのよいおいしい給食をつくっていますので、保護者の方々には、ご理解いただきたく、お願いいたします。



給食がはじまります!

☆新1年生給食開始日 ☆  
 21日(月) 三小  
 24日(木) 二小、七小  
 25日(金) 五小、六小、八小  
 28日(月) 一小  
 30日(水) 四小

市では、給食食料の放射性物質の測定を実施するなど、安全、安心の確認に努めておりますが、給食食料についてアレルギーーそのほか健康に不安がある場合は学校にご相談ください。