



令和4年度

4月分 給食献立予定表



Aブロック (17回)

結城市立学校給食センター

| 日 (曜) | こんだて名 | 主な材料 | | | アレルギー(7品目) 卵、乳、小麦、落花生、 えび、そば、かに | エネルギー(Kcal) たんぱく質(g) 塩分(g) | |
|------------|-------------------------------|------------------------|----------------------------|-------------------------------|---------------------------------------|----------------------------------|--------------------|
| | | 体をつくる | エネルギーのもと | 体の調子を整える | | 小学生 | 中学生 |
| 6 (水) | 食パン | | 食パン | | 乳・小麦 | 796 29.6 3.7 | |
| | 牛乳 | 牛乳 | | | 乳 | | |
| | ハムカツ | ハム | パン粉 小麦粉 油 | | 乳・小麦 | | |
| | マカロニサラダ | まぐろ | マカロニ 油 ドレッシング | キャベツ とうもろこし | 卵・小麦 | | |
| | 春雨スープ | ぶた肉 | 春雨 ごま 油 | しいたけ にんじん こまつな もやし ねぎ | 小麦 | | |
| 7 (木) | ごはん 牛乳 | 牛乳 | ごはん | | 乳 | 638 22.1 2.4 | 828 27.1 3.0 |
| | 焼きぎょうざ (小②中③) | ぶた肉 とり肉 | ぎょうざの皮 | キャベツ たまねぎ にら ねぎ | 小麦 | | |
| | しらたきのチャブチェ | ぶた肉 みそ | ごま 油 砂糖 ごま油 | にんじん たまねぎ ピーマン しらたき しょうが | 小麦 | | |
| | 中華スープ | とうふ | ごま油 | もやし にんじん こまつな ねぎ | 小麦 | | |
| | プリアセロラゼリー (小①中②) | | 砂糖 ゼリー | アセロラ | | | |
| 8 (金) | ごはん 牛乳 | 牛乳 | ごはん | | 乳 | 658 24.8 2.2 | 812 29.3 2.6 |
| | 厚焼き玉子 | 卵 | 砂糖 | | 卵・小麦 | | |
| | ワカメとツナの和えもの | わかめ まぐろ | 油 ごま ドレッシング | だいこん | 小麦 | | |
| | 肉じゃが | ぶた肉 | じゃがいも 砂糖 油 | にんじん たまねぎ しらたき | 小麦 | | |
| 11 (月) | ミルクコッペパン | スキムミルク | コッペパン | | 乳・小麦 | 653 27.7 2.8 | 820 34.3 3.6 |
| | 牛乳 | 牛乳 | | | 乳 | | |
| | チキンのトマトソースかけ | とり肉 | 小麦粉 パン粉 油 砂糖 | たまねぎ トマト | 小麦 | | |
| | ポテトサラダ | ハム | じゃがいも ドレッシング | にんじん きゅうり | 卵・乳 | | |
| | コーンポタージュ | 牛乳 スキムミルク | バター 小麦粉 | たまねぎ とうもろこし にんじん パセリ | 乳・小麦 | | |
| 12 (火) | ソフトめん | | ソフトめん | | 小麦 | 644 24.0 2.9 | 809 29.3 3.4 |
| | きつねうどん汁 | とり肉 油あげ | 油 砂糖 | しいたけ にんじん こまつな ねぎ | 小麦 | | |
| | 牛乳 | 牛乳 | | | 乳 | | |
| | とうふナゲット (小中②) | とうふ 魚すり身 豆乳 | 油 小麦粉 | たまねぎ | 小麦 | | |
| | ブロッコリーのサラダ | かまぼこ | ドレッシング | ブロッコリー きゅうり | 卵・小麦 | | |
| 13 (水) | 【入学・進級お祝い献立】～入学・進級おめでとうございませ～ | | | | | | |
| | ごはん 牛乳 | 牛乳 | ごはん | | 乳 | 664 23.6 2.9 | 824 28.6 3.6 |
| | ハンバーグバーベキューソース | とり肉 | パン粉 砂糖 油 | たまねぎ りんご にんにく | 乳・小麦 | | |
| | キャベツとじゃこのサラダ | ちりめんじゃこ かつお節 | ごま油 | こまつな キャベツ | 小麦 | | |
| | 春野菜のみそ汁 | みそ | じゃがいも | にんじん たけのこ たまねぎ えのきたけ | | | |
| | おめでとうゼリー (学配) | 豆乳 | 砂糖 ゼリー | いちご | | | |
| | | | | | | | |
| 14 (木) | ポークカレーライス (ごはん) | ぶた肉 スキムミルク ミルクカルシウム | ごはん 油 じゃがいも 小麦粉 | しょうが にんにく たまねぎ にんじん | 乳・小麦 | 672 21.8 2.8 | 818 24.8 3.2 |
| | 牛乳 | 牛乳 | | | 乳 | | |
| | 鶏のから揚げ(バジル風味)(小中②) | とり肉 | 米粉 でんぷん 油 | バジル レモン | | | |
| | 春雨サラダ | 卵 | 春雨 ごま 砂糖 ごま油 | きゅうり にんじん | 卵・小麦 | | |
| 15 (金) | 【地産地消献立：茨城グルメ】 | | | | | | |
| | 豚丼 (ごはん) | ぶた肉 みそ | ごはん 油 砂糖 | しょうが しらたき たまねぎ にんじん | 小麦 | 652 26.2 2.4 | 805 30.9 2.8 |
| | 牛乳 | 牛乳 | | | 乳 | | |
| | かんぴょうのサラダ | まぐろ | 油 ごま ドレッシング | かんぴょう とうもろこし キャベツ | | | |
| | かきたまみそ汁 | 卵 とうふ みそ | | こまつな ねぎ だいこん | 卵 | | |
| | | | | | | | |
| 18 (月) | メロンパン | | メロンパン | | 卵・乳・小麦 | 615 20.7 2.3 | 764 26.1 3.1 |
| | 牛乳 | 牛乳 | | | 乳 | | |
| | 肉団子 (小②中③) | とり肉 | 砂糖 パン粉 | たまねぎ | 小麦 | | |
| | コールスローサラダ | | ドレッシング | キャベツ きゅうり にんじん | | | |
| ミネストローネスープ | ぶた肉 | マカロニ じゃがいも バター 砂糖 | たまねぎ にんじん だいこん トマト にんにく | 乳・小麦 | | | |
| 19 (火) | 中華めん | | ちゅうかめん | | 小麦 | 635 24.2 2.9 | 809 30.1 3.4 |
| | しょうゆラーメンスープ | ぶた肉 なた | 油 | しょうが にんにく こまつな もやし ねぎ にんじん | 小麦 | | |
| | 牛乳 | 牛乳 | | | 乳 | | |
| | 春巻き | ぶた肉 | 春巻きの皮 春雨 油 | キャベツ にんじん たまねぎ | 小麦 | | |
| | 大根サラダ | まぐろ | 油 砂糖 | だいこん きゅうり | | | |
| 20 (水) | ごはん 牛乳 | 牛乳 | ごはん | | 乳 | 649 20.7 2.3 | 816 24.9 2.7 |
| | メンチカツ | とり肉 ぶた肉 | パン粉 小麦粉 油 | たまねぎ | 乳・小麦 | | |
| | 磯の香あえ | とり肉 のり | 油 砂糖 | こまつな もやし にんじん | 小麦 | | |
| | 厚揚げのみそ汁 | 厚あげ みそ | | キャベツ たまねぎ だいこん ごぼう | | | |
| 21 (木) | ごはん 牛乳 | 牛乳 | ごはん | | 乳 | 644 23.5 2.5 | 816 29.2 3.0 |
| | ふりかけ (おかか) | かつお節 のり | 砂糖 | | | | |
| | イカリングフライ (小②中③) | いか 卵 | パン粉 小麦粉 油 | | 卵・小麦 | | |
| | キャベツのサラダ | とり肉 | 油 ドレッシング | キャベツ きゅうり | 小麦 | | |
| | 肉団子のみそ汁 | とり肉 みそ | パン粉 | たまねぎ だいこん にんじん こまつな | 小麦 | | |
| 22 (金) | 【いばらき美味しおday献立】 | | | | | | |
| | ごはん 牛乳 | 牛乳 | ごはん | | 乳 | 693 23.8 1.7 | 842 27.5 1.9 |
| | ポークしゅうまい (小中②) | とり肉 ぶた肉 | しゅうまいの皮 | たまねぎ グリンピース | 卵・小麦 | | |
| | マーボー豆腐 | とうふ ぶた肉 大豆 みそ | 砂糖 ごま油 油 でん粉 | しょうが にんにく ねぎ にんじん しいたけ にら | 小麦 | | |
| フルーツジュレ | | 砂糖 ゼリー | もも りんご みかん パインアップル | | | | |
| 25 (月) | コッペパン | | コッペパン | | 乳・小麦 | 638 24.3 2.7 | 793 29.4 3.4 |
| | 牛乳 | 牛乳 | | | 乳 | | |
| | 白身魚フライ※骨に注意 | ホキ | パン粉 小麦粉 油 | | 小麦 | | |
| | にんじんのごまサラダ | | ごま ドレッシング | にんじん キャベツ | 卵 | | |
| | ブラウンシチュー | ぶた肉 ミルクカルシウム 生クリーム | じゃがいも 小麦粉 油 | たまねぎ にんじん トマト にんにく | 乳・小麦 | | |

4月Aブロック(17回)

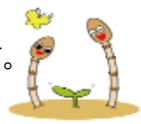
| 日(曜) | こんだて名 | 主な材料 | | | アレルギー(7品目) 卵、乳、小麦、落花生、えび、そば、かに | エネルギー(Kcal) たんぱく質(g) 塩分(g) | |
|-----------|------------------|-------------|--------------------|-------------------------------|-----------------------------------|----------------------------------|------|
| | | 体をつくる | エネルギーのもと | 体の調子を整える | | 小学生 | 中学生 |
| 26 (火) | ソフトめん | | ソフトめん | | 小麦 | | |
| | ジャーチャーめんスープ | ぶた肉 大豆 みそ | 油 ごま ごま油 でん粉 | しょうが にんじん たまねぎ しいたけ もやし ねぎ | 小麦 | 635 | 802 |
| | 牛乳 | 牛乳 | | | 乳 | 24.9 | 30.3 |
| | 北海柱風フライ(小中②) | 魚すり身 卵 かまぼこ | パン粉 でん粉 油 小麦粉 | | 卵・小麦・かに | 2.8 | 3.3 |
| 27 (水) | ブロッコリーとコーンのサラダ | まぐろ | 油 ドレッシング | ブロッコリー とうもろこし | 乳・小麦 | | |
| | ごはん 牛乳 | 牛乳 | ごはん | | 乳 | | |
| | さばの塩焼き※骨に注意 | さば | | | | 664 | 825 |
| | 小松菜の中華和え | ベーコン 卵 | 油 ごま ごま油 砂糖 | こまつな キャベツ | 卵・乳・小麦 | 23.3 | 27.7 |
| 28 (木) | ワンタンスープ | ぶた肉 | ワンタンの皮 ごま油 | キャベツ たまねぎ しょうが にんじん もやし にら | 小麦 | 2.6 | 3.1 |
| | 【こどもの日メニュー】 | | | | | | |
| | ごはん 牛乳 | 牛乳 | ごはん | | 乳 | | |
| | 牛肉コロッケ(ソース) | 牛肉 卵 | じゃがいも パン粉 小麦粉 油 | たまねぎ | 卵・乳・小麦 | 700 | 868 |
| もやしのおかかあえ | まぐろ かつお節 | 油 ドレッシング | もやし きゅうり たまねぎ | 小麦 | 22.0 | 26.8 | |
| お祝いみそ汁 | とうふ 油あげ なた みそ | | だいこん ねぎ にんじん | | 2.7 | 3.2 | |
| 柏餅 | | 上新粉 小豆 砂糖 | | | | | |

※物資の都合により、献立を変更することがありますのでご了承ください。
 ※太文字は結城市産、茨城県産食材の使用予定です。
 ※魚には骨がありますので、よくかんで食べましょう。
 ※アレルギー7品目については、参考としてご覧ください。
 ☆3月の『茨城グルメ』の丸ごと1食分の放射能物質検査の結果は不検出でした。食材の産地についてはホームページをご覧ください。

【今月の結城市産食材】
 ごはん かんぴょう こまつな ねぎ

【学校給食費について】

給食費は全て食材料費として使います。
 小学生 月額 4,250円
 中学生 月額 4,650円
 ※4月分の給食費は5月25日に引き落とされます。



【給食三点セットの取扱いについて】

毎日持ち帰りますので、よく洗い、忘れずに持ってきてください。
 破損や紛失した場合は、下記の業者で販売しています。
 *NEWえびすや 結城市結城13443-101 ☎34-0680
 *えびすや陶器 結城市結城1511 ☎33-2360
 *小西株式会社 結城市結城114 ☎32-3996



第3子以降の給食費無料のお知らせ(義務教育課程中3人目以降の給食費無料)

結城市では、義務教育課程中の子どもが3人以上いるご家庭の3人目以降の給食費が無料となります。
 ○条件○ 給食費に未納がないことなど、いくつかの条件があります。詳細はホームページでご確認ください。
 ○申請○ 不要

※対象となるご家庭には、学校をとおして通知を配付しております。お手元に通知が届いていない場合やご不明な点等ございましたら、下記までお問合せください。

■ホームページ(URL)

<https://www.city.yuki.lg.jp/page/page006988.html>

■QRコード



《問合せ先》

学校給食センター(電話) 32-1010



給食だより



ご入学ご進級、おめでとうございます

希望に満ちた新年度の始まりです。給食センターでは、小中学生のみなさんの健やかな成長を願い、おいしく、栄養バランスのとれた給食を提供していきます。給食の時間や食育を通して、みなさんの心とからだ元気成長することを願っています。

給食は子どもたちが毎日、口にするものです。給食センターでは、安全安心な給食を提供するために衛生管理の徹底を図っています。使用する食材は、産地や細菌数等の書類をもとに安全性を確認しています。

不明な点がありましたら、給食センターまでお問い合わせください。TEL: 32-1010

<https://www.city.yuki.lg.jp/page/dir000198.html>

結城市の



給食♪

給食はエネルギー・たんぱく質・カルシウムなどの栄養素の摂取量を満たすような献立になっています。

また、様々な種類の食品をバランスよくとれるような工夫をしています。米や小麦粉、季節の野菜、魚など可能な限り、地元でとれる食材を使用し、献立表で紹介しています。

月に1回【茨城グルメ】の日を設け、結城市産や茨城県産の食材や郷土料理を提供しています。

令和4年度 4月~7月の献立計画

| 月 | 給食目標 | 行事給食 | 地産地消献立 | 味めぐり献立 | いばらき美味しおDay献立 | 希望献立 | 料理募集 | |
|---|-------------------|-------------------------------------|---------------------------------------|------------|-------------------------|-------------------|----------|------------|
| | | | 茨城グルメ | 日本/世界の郷土料理 | 減塩の啓発 | セレクト給食 リクエスト給食 | 我が家の料理紹介 | |
| 4 | 給食について 穀類の栄養 | 入学・進級お祝いメニュー こどもの日メニュー | 小松菜 白菜 トマト きゅうり 大根 ごぼう | | | | | |
| 5 | 食事のマナー 卵の栄養 | | 白菜 レタス キャベツ ねぎ ごぼう トマト | 香川県 | いばらき美味しおDay 減塩の啓発・推進 | リクエスト 全校募集 | 料理募集 | |
| 6 | かむことの大切さ 海藻の栄養 | カミカミメニュー 地産地消メニュー 栄養フルコースメニュー | 白菜 キャベツ トマト たまねぎ きゅうり 大根 とうもろこし | 茨城県 結城市 | | | | |
| 7 | 夏の食生活 肉・魚の栄養 | 七タメニュー | ピーマン インゲン ねぎ かぼちゃ なす とうもろこし | インド ネシア | | | | 7月より 実施 |

