



4月 献立予定表(中学校)

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。『今日の給食は何かな?』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	主にエネルギーになる食品(黄)	主に体の組織をつくる食品(赤)	主に体の調子を整える食品(緑)	エネルギー	kcal	中止など
						たんぱく質	g	
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。						脂質	g	
						塩分	g	
10	木	牛乳(ご飯)カレーライス ウインナーと野菜のソテー	ご飯 油 じゃがいも マーガリン 小麦粉	牛乳 豚肉 豆乳 ウインナー がらスープ	たまねぎ にんにく しょうが にんじん りんごソース えだまめ キャベツ	863	26.6	
						28.8	2.7	
11	金	牛乳(さくら飯) たけのこご飯 味噌汁	さくら飯 油 砂糖 じゃがいも	牛乳 鶏肉 油揚げ かつお節 豆腐 味噌	にんじん たけのこ えだまめ たまねぎ こまつな	786	29.6	
						23.0	3.4	
14	月	牛乳 ロールパン 豆乳シチュー ミートボール	ロールパン 油 小麦粉 じゃがいも 砂糖	牛乳 ベーコン 豆乳 がらスープ 肉団子	にんじん たまねぎ コーン こまつな	771	29.3	
						35.4	3.3	
15	火	牛乳(ご飯) 豚肉のしょうがいため けんちん汁	ご飯 油 砂糖 片栗粉 ごま油 じゃがいも	牛乳 豚肉 かつお節 豆腐 油揚げ	しょうが たまねぎ ごぼう こんにゃく にんじん だいこん 長ねぎ こまつな	756	28.5	
						21.6	2.1	
16	水	牛乳(ホットラーメン) しょうゆラーメン 春巻き	ホットラーメン ごま油 油	牛乳 豚肉 春巻き がらスープ	にんにく しょうが にんじん もやし コーン 長ねぎ	842	30.7	
						26.7	3.0	
17	木	牛乳 麦入りご飯 鮭の塩焼き 豚汁 りんごゼリー	ご飯 麦 油 ごま油 じゃがいも りんごゼリー	牛乳 さけ 豚肉 かつお節 豆腐 味噌	ごぼう こんにゃく にんじん だいこん 長ねぎ	797	33.3	
						21.9	2.6	
18	金	牛乳(ご飯) マーボー井 シュウマイ	ご飯 ごま油 片栗粉 油	牛乳 豚肉 味噌 豆腐 焼売	しょうが にんにく しいたけ たまねぎ にんじん 長ねぎ	833	31.4	
						25.0	2.0	
21	月	牛乳 ぶどうパン マーマレードチキン ペンネナポリタン	ぶどうパン マーマレード 油 マカロニ	牛乳 鶏肉 ベーコン	にんにく たまねぎ にんじん ピーマン マッシュルーム	797	33.9	
						26.6	3.0	
22	火	牛乳 ご飯 春キャベツの味噌炒め ワンタンスープ	ご飯 油 砂糖 片栗粉 ごま油 ワンタン	牛乳 豚肉 味噌 鶏肉 がらスープ	しょうが にんにく にんじん たまねぎ キャベツ ピーマン 葉ねぎ	767	28.4	
						20.4	2.7	
23	水	牛乳(ゆでめん) こぎつねうどん 高野豆腐のから揚げ	ゆでめん 砂糖 片栗粉 油	牛乳 かつお節 鶏肉 なると 油揚げ 凍り豆腐	にんじん 長ねぎ しょうが	865	38.0	
						29.7	3.4	
24	木	牛乳 ご飯 照り焼きハンバーグ 鶏だんご汁 ヨーグルト	ご飯 油 砂糖 片栗粉	牛乳 豆腐ハンバーグ かつお節 肉団子 ヨーグルト	ごぼう にんじん だいこん こまつな	782	31.9	
						18.8	2.8	
25	金	牛乳 麦入りご飯 さばの竜田揚げ 新じゃがのそばろ煮	ご飯 麦 小麦粉 片栗粉 油 じゃがいも 砂糖	牛乳 さば 豚肉	しょうが にんじん たまねぎ いんげん	862	29.8	
						26.9	1.3	



今月の小田原産

~給食で使用する、地場産物をご紹介します~



なると・葉ねぎ



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。

日	曜日	献立名	主にエネルギーになる食品 (黄)	主に体の組織をつくる食品 (赤)	主に体の調子を 整える食品 (緑)	エネルギー	kcal	中止など
						たんぱく質	g	
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。						脂質	g	
						塩分	g	
28	月	牛乳 米粉ロールパン メンチカツ ABCスープ	米粉ロールパン 油 じゃがいも マカロニ	牛乳 メンチカツ ベーコン がらスープ	にんじん たまねぎ キャベツ	814		
						32.7		
						39.5		
						3.4		
30	水	牛乳 (ソフト麺) ミートソース ジャーマンポテト	ソフトめん 油 マーガリン 小麦粉 じゃがいも	牛乳 豚肉 大豆ミート ウインナー	にんにく にんじん たまねぎ トマト コーン	872	3月分 給食費 納期限	
						31.2		
						27.2		
						2.7		

※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。
 ※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。
※アレルギーのある方は、アレルギー確認献立表の表示を見てください。

★市のホームページに給食の写真を掲載しています。

【URL】 https://www.city.odawara.kanagawa.jp/field/educ/education/sl/menu/school_lunch/menu_kozu/

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。ご不明な点がございましたら 国府津共同調理場(48-1862)までご連絡ください。

【国府津共同調理



【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、国府津共同調理場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(火・木・金曜日)

麦入りご飯 ・ご飯 ・さくら飯
赤飯・山菜おこわ

パン(月曜日)

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
ソフトフランス
米粉パン・米粉ロールパン
ナン・フォカッチャ

めん(水曜日)

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】

食材料は給食費でまかなわれています。
 期日までの入金をお願いいたします。

小田原市の規定により、保護者の皆様にご負担いただく額は1ヶ月5000円となっています。

月額給食費	給食費集金月	年間予定回数	1食単価
(1・2年生) 5,000円 (消費税を含む)	× 11ヶ月	÷ 179回	= 307円
(3年生) 5,000円/1,930円	× 11ヶ月	÷ 169回	= 307円

<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64円(年額11,776円)、中学校89円(年額15,931円)、幼稚園54円(年額9,126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6月2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。

給食ナビ

お子さんが通う学校給食の献立確認や、簡単なアレルギーチェックができるアプリです。



▲iPhone用 ▲Android用