



令和7年

# 4月 こんだて表



高浜市教育委員会  
小学校献立

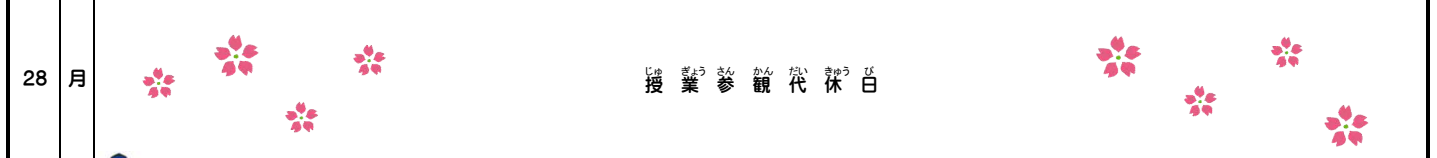
今月の目標 <給食の時間> 給食のきまりを守ろう <食育> 食事のマナーを身につけよう

日曜	献立名	《あか》 主に体をつくる もとなる食品		《みどり》 主に体の調子を 整えるもとなる食品		《き》 主にエネルギーの もとなる食品		エネルギー 量 kcal
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	
		肉・魚・卵 大豆・大豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜・ 果物・きのこ	米・パン・めん いも・さとう	油脂・種実	
たんばく質		無機質		ビタミン・無機質		炭水化物		脂質
15 火	ごはん 牛乳		牛乳			こめ		580
	さばのぎんがみやき	さば しろみそ				さとう こめこ		
	にくだんごとやさいのうまに	とうふ とりにく		にんじん ねぎ	こんにやく たまねぎ はくさい もやし えのきたけ にんにく しいたけ	でんぶんめん		
	あおじそあえ			あおじそ	キャベツ きゅうり			
16 水	❖❖❖❖❖❖❖❖❖❖ 「お祝い献立」 進級を祝い、「せきはん」を実施します ❖❖❖❖❖❖❖❖❖❖							
	せきはん 牛乳		牛乳			こめ もちこめ あすき		593
	いかフライのレモンに	いか			レモンかじゅう	パンこ こむぎこ さとう	あぶら	
	たけのことグリーンピースの わふうサラダ	まぐろあぶらづけ			キャベツ たけのこ グリーンピース とうもろこし		マヨドレッシング	
	たまふのすましじる	かまぼこ		にんじん みつば	えのきたけ はくさい しいたけ	やきふ		
ごましお						ごま		
17 木	ちゅうかめん 牛乳		牛乳			ちゅうかめん		629
	とんこつラーメンスープ	ぶたにく	わかめ	にんじん ねぎ	たまねぎ キャベツ もやし とうもろこし しょうが にんにく			
	しろみざかなとはるやさいの ちゅうかいため	ホキ		にんじん	たまねぎ たけのこ スナップえんどう きくらげ	さとう でんぶん	あぶら	
	パンサンスー	ハム			きゅうり	はるさめ さとう	ごまあぶら	
18 金	ごはん 牛乳		牛乳			こめ		545
	とうふハンバーグの パーベキューソースかけ	とうふ とりにく			たまねぎ りんごかじゅう	こめこ さとう じゃがいも	あぶら	
	きゅうりのごまじょうゆあえ				きゅうり		ごま ごまあぶら	
	ぶたにくとキャベツの うまみそじる	ぶたにく あかみそ しろみそ	わかめ	にんじん ねぎ	キャベツ たまねぎ えのきたけ		ごまあぶら	
21 月	ふきのまぜごはん 牛乳	とりにく	牛乳	にんじん	ふき たけのこ しめじ	こめ さとう		600
	わふうミートボール	とりにく ぶたにく			たまねぎ しょうが	パンこ さとう	あぶら	
	そらまめ				そらまめ			
	しらすいつみれだんごじる	あぶらあげ たらすりみ	あおさ しらす	にんじん ねぎ	だいこん はくさい ごぼう			
22 火	❖❖❖❖❖❖❖❖❖❖ 1年生給食開始 ❖❖❖❖❖❖❖❖❖❖							
	ごはん 牛乳		牛乳			こめ		630
	カレーシチュー	ぶたにく とうにゅう		にんじん	たまねぎ にんにく	じゃがいも カレールー		
	ウインナー	ウインナー						
コーンサラダ				とうもろこし キャベツ きゅうり		フレンチドレッシング		
23 水	ごはん 牛乳		牛乳			こめ		635
	からあげ	とりにく			しょうが	でんぶん	あぶら	
	きりほしだいこんとツナの ごまサラダ	まぐろあぶらづけ		にんじん	きゅうり きりほしだいこん		ごま ごまドレッシング	
	やさいとベーコンの しおこうじスープ	ベーコン あぶらあげ		にんじん みつば	たまねぎ だいこん にんにく	じゃがいも		
	いちごゼリー					いちごゼリー		
24 木	くろロールパン 牛乳		牛乳			パン		630
	ナポリタンスパゲティ	ウインナー		ピーマン	たまねぎ	スパゲティ さとう	あぶら	
	とりにくとチンゲンサイの クリームスープ	とりにく	牛乳 なまクリーム	チンゲンサイ にんじん	たまねぎ マッシュルーム とうもろこし はくさい	ベシヤメルソース	オリーブオイル	
	フルーツポンチ				みかん もも パイナップル ナタデココ	いちごゼリー		



日曜	献立名	《あか》 主に体をつくる もとなる食品		《みどり》 主に体の調子を 整えるもとなる食品		《き》 主にエネルギーの もとなる食品		エネルギー 量 kcal
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	
		肉・魚・卵 大豆・大豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜・ 果物・きのこ	米・パン・めん いも・さとう	油脂・種実	
		たんぱく質	無機質	ビタミン・無機質		炭水化物	脂質	

25	金	「かみかみ献立」 よくかんで食べましょう。							588
		ごはん 牛乳		牛乳				こめ	
		いわしのはちょうみそに	いわし あかみそ		ねぎ			さとう	
		にくじゃが	ぶたにく はんぺん		にんじん	たまねぎ えだまめ こんにやく		じゃがいも さとう	
		たくあんあえ				キャベツ たくあん		こま	



30	水	「まごわやさしい献立」 まめ、こま(種実)、わかめ(海そう)、やさしい、さかな、しいたけ(きのこ)、いもを使用した献立です							571	
		ごはん 牛乳		牛乳				こめ		
		まぐろとじゃがいもの あげがらめ	まぐろ					じゃがいも さとう でんぶん		あぶら
		ごまひじきあえ		ひじき	こまつな にんじん	キャベツ		さとう		こま
		はるやさしいのまろやかみそしる	とりにく あぶらあげ とうふ とうにゅう あかみそ しるみそ	わかめ	にんじん ねぎ	たまねぎ キャベツ しいたけ				

お知らせ

ご入学・ご進級おめでとうございます

学校給食は、栄養バランスのとれた食事を提供することにより、健康の保持増進、体位の向上を図っています。また、「生きた教材」として、給食の時間だけでなく、各教科や特別活動、総合的な学習の時間などにおいて活用され、食育を推進する上で、中心的な役割を担っています。今年度も旬の食材を取り入れ、安全や衛生に配慮しながら心を込めておいしい給食づくりに努めていきます。

給食等を通して学び、身に付けたいこと (食育の視点)

<p><b>食事の重要性</b></p> <p>おいしいね</p> <p>食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。</p>	<p><b>心身の健康</b></p> <p>健康!</p> <p>心身の成長や健康の保持増進の上で、望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。</p>	<p><b>食品を選択する能力</b></p> <p>正しい知識・情報に基づいて、食品の品質及び安全性等について自ら判断できる能力を身に付ける。</p>
<p><b>感謝の心</b></p> <p>食べ物を大事にし、食料の生産等に関わる人々へ感謝する心をもつ。</p>	<p><b>社会性</b></p> <p>食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付ける。</p>	<p><b>食文化</b></p> <p>各地域の産物、食文化や食に関わる歴史等を理解し、尊重する心をもつ。</p>

出典：文部科学省『食に関する指導の手引―第二次改訂版―』(H3)3)

給食当番のお仕事編

<p>身だしなみを整えましょう</p>	<p>協力して準備をしましょう</p>	<p>1人分を考えて丁寧に盛り付けましょう</p>	<p>汁物は底からよくかき混ぜ、具を均等にのばしましょう</p>
---------------------	---------------------	---------------------------	----------------------------------

保護者の方へ

☆欠食について

- 連続して5日以上欠席は、給食を欠食できる場合があります。
- ラキューションの取得により給食欠食を希望する場合は、申請書提出が必要です。締め切り日までに担任へ提出してください。詳しくは、学校にお問い合わせください。

《お願い》

- 白衣を持ち帰ったときはご家庭で洗濯をお願いします。
- 清潔なハンカチとマスクの持参をお願いします。

当番以外の準備編

<p>机の上はきれいに片付けましょう</p>	<p>換気をして空気を入れ替えましょう</p>	<p>手をせっけんできれいに洗きましょう</p>	<p>「いただきます」をするまで、席で静かに待ちましょう</p>
------------------------	-------------------------	--------------------------	----------------------------------

給食回数 10回 (1年生 5回)

☆都合により、献立・食材等が変わることがあります。  
☆22日(火)…1年生給食開始