

※物資の都合により献立を一部変更する場合があります。

桑名市教育委員会

A 群

ひつげ	ようび	こんだてめい	しょくひんめい				エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
			もえてねつやちからをだす (きいろのたべもの)	からだをつくる (あかのたべもの)	からだのちようしをととのえる (みどりのたべもの)	そのた		
13	月	ごはん ぎゅうにゅう	ごはん	ぎゅうにゅう			699	20.8
		カレー	あぶら じゃがいも カレールー	とりにく	しょうが にんにく たまねぎ にんじん えだまめ	ケチャップ ソース カレーコ		
		はるのサラダ	マカロニ マヨネーズ		キャベツ にんじん コーン	ケチャップ		
		ヨーグルト		ヨーグルト				
14	火	ごはん ぎゅうにゅう	ごはん	ぎゅうにゅう			670	21.1
		たらのノルウェーふう	でんぶん じゃがいも あぶら さとう	たら		ケチャップ ソース		
		ごまキャベツ	ごま		キャベツ			
		ビーフンスープ	ビーフ ごまあぶら	やきぶた	たまねぎ にんじん もやし こまつな	とりだし しお こしょう		
15	水	こがたパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			628	29.8
		いわしぶしりりやきそば	ちゅうかめん あぶら	ぶたにく ちゅうか あおりの いわしけずりぶし	たまねぎ にんじん キャベツ もやし	しお こしょう やきそばソース		
		こざかないりフライビーンズ	でんぶん あぶら さとう	だいたい こざかな		しょうゆ		
		ごはん ぎゅうにゅう	ごはん	ぎゅうにゅう				
16	木	ピピンパ	あぶら さとう ごま ごまあぶら	ぶたひきにく だいたいミート まめみそ たまご	しょうが にんにく もやし にんじん こまつな	しょうゆ みりん	666	26.0
		わかめスープ		やきぶた とうふ わかめ	たまねぎ にんじん だいこん	とりだし しお こしょう		
		ぶどうゼリー	ぶどうゼリー					
		パン はっこうにゅう	パン	はっこうにゅう				
17	金	おはなのハンバーグ	さとう でんぶん	とりにく ぶたにく	たまねぎ	しょうゆ みりん	595	24.5
		じゃがコーン	じゃがいも あぶら		コーン	しお		
		ミネストローネ	マカロニ さとう	ウインナー	たまねぎ にんじん キャベツ トマトジュース	ケチャップ ブイヨン		
		ごはん ぎゅうにゅう	ごはん	ぎゅうにゅう				
20	月	いわしのうめに		いわし	うめ	しょうゆ	586	21.5
		こまつなごましおこんがあえ	ごまあぶら ごま	しおこんが	キャベツ こまつな			
		そうめんじる	そうめん	あぶらあげ	たまねぎ にんじん だいこん ねぎ	うすくちしょうゆ みりん しお		
		ごはん ぎゅうにゅう	ごはん	ぎゅうにゅう				
21	火	あつやきたまご	さとう	たまご			614	25.4
		こまつなともやしのサラダ	ドレッシング	まぐろあぶらづけ	こまつな もやし			
		にくじゃが	あぶら じゃがいも さとう	ぶたにく	たまねぎ にんじん えだまめ しらたき	さけ しょうゆ みりん		
		あげパン ぎゅうにゅう	パン あぶら ぶどうとう	きなこ ぎゅうにゅう		シナモン		
22	水	にくだんごいりとうにゅうポトフ	じゃがいも	とりにく ぶたにく とうにゅう	たまねぎ にんじん パセリ	ブイヨン	602	20.8
		コーンサラダ	マヨネーズ		キャベツ コーン			
		ごはん ぎゅうにゅう	ごはん	ぎゅうにゅう				
		さわらのたけのこあんかけ	でんぶん あぶら ごまあぶら	さわら	たまねぎ にんじん じゃがのこ ピーマン しょうが	しょうゆ みりん オイスターソース		
23	木	みそじる	じゃがいも	あつあげ あわせみそ	たまねぎ にんじん えのきたけ		608	23.8
		こがたパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう				
		ごもくうどん	うどん	とりにく あぶらあげ	たまねぎ にんじん だいこん こまつな ねぎ	うすくちしょうゆ みりん		
		チキンナゲット	こむぎこ パンこ あぶら	とりにく				
24	金	ツナコーンマヨ	マヨネーズ	まぐろみずに	キャベツ コーン		651	27.8
		ごはん ぎゅうにゅう	ごはん	ぎゅうにゅう				
		ヤンニョムチキン	でんぶん あぶら さとう	とりにく	にんにく	ケチャップ コチュジャン みりん しょうゆ		
		ナムル	ドレッシング		もやし こまつな にんじん			
27	月	ワンタンスープ	ワンタンのかわ	やきぶた	たまねぎ にんじん チンゲンサイ	とりだし しお こしょう	654	23.2
		ごはん ぎゅうにゅう	ごはん	ぎゅうにゅう				
		しろみぎかなのおこのみやきふう	でんぶん あぶら	パンガシウス あおりの かつおぶし		おこのみやきソース		
		ごまあえ	ごま		キャベツ もやし	しょうゆ		
28	火	さつまいもいりごもくまめ	あぶら さつまいも さとう	だいたい さつまあげ	にんじん ごぼう こんにやく ほししいたけ	しょうゆ みりん	620	25.1
		ごはん ぎゅうにゅう	ごはん	ぎゅうにゅう				
		こうやどうふのたまごじ	さとう	とりにく こうやどうふ たまご	たまねぎ にんじん えだまめ	しょうゆ みりん さけ		
		じゃがいものみそじる	じゃがいも	あぶらあげ まめみそ	にんじん キャベツ えのきたけ こまつな ねぎ			
30	木	りんご		りんご			639	27.2

給食費について

給食費は、全て食材料費のみに使用します。  
給食を作るために必要な水道光熱費、施設設備費、人件費は市が負担しています。

(内訳) 1年生1食分の目安です。

パン・ご飯 78円 おかず 196円  
牛乳 69円 消費税 27円  
合計 370円



令和8年度は、給食費負担軽減交付金により小学校は月5200円を、県が負担し、物価高騰分として幼稚園は月600円、小学校は低学年月750円・高学年月900円を市が負担します。

主食について

- ① パン(週2回実施)  
給食用の小麦を用い、ショートニング・脱脂粉乳・さとう・イーストなどをいれて作られています。小麦粉には、三重県産小麦「ニシノカオリ」が30%含まれています。  
パンは甘みをおさえ、おかずの味を損なわずに食べられるように工夫しています。コッペパン・黒糖パン、三重県産の米粉が入った米粉パンなどがあります。
- ② ごはん(週3回実施)  
ごはんは三重県産のキヌヒカリです。炊飯施設で炊き、一食分ずつお弁当箱につめて、温かいまま各学校へ配送しています。通常の白いごはんに他に、わかめごはんやしぐれごはんなども実施しています。
- ③ めん(月2~3回実施)  
うどん・スパゲッティ・中華そば・やきそばなどを実施しています。

食物アレルギー等への対応について

食物アレルギー・乳糖不耐症など、食事内容に配慮が必要な児童については、家庭からの申し出により、医師の診断書に基づいて、可能な限り除去食などの対応を行っています。必要な方は学校へご相談ください。なお、桑名市小学校給食では、そば・落花生は使用しません。しかし、加工食品においては、工場内でそば・落花生を使用している場合がありますので、お問い合わせください。

れいわ 令和8年

# かつぶんがっこうきゅうしょくこんだてひょう 4月分学校給食献立表

B ぐん 群

※物資の都合により献立を一部変更する場合があります。

桑名市教育委員会

ひづけ	ようび	こんだてめい	しょくひんめい				エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
			もえてねつやちからをだす (きいろのたべもの)	からだをつくる (あかのたべもの)	からだのちようしをととのえる (みどりのたべもの)	そのた		
13	月	ごはん ぎゅうにゅう	ごはん	ぎゅうにゅう			699	20.8
		カレー	あぶら じゃがいも カレールウ	とりにく	しょうが にんにく たまねぎ にんじん えだまめ	ケチャップ ソース カレーコ		
		はるのサラダ	マカロニ マヨネーズ		キャベツ にんじん コーン	ケチャップ		
		ヨーグルト		ヨーグルト				
14	火	こがたパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			628	29.8
		いわしぶしいりやきそば	ちゅうかめん あぶら	ぶたにく ちくわ あおりの いわしげすり	たまねぎ にんじん キャベツ もやし	しお こしょう やきそばソース		
		ござかないりフライビーンズ	でんぶん あぶら さとう	だいたい ござかな		しょうゆ		
		ごはん ぎゅうにゅう	ごはん	ぎゅうにゅう				
15	水	あつやきたまご	さとう	たまご			614	25.4
		こまつなともやしのサラダ	ドレッシング	まぐろあぶらづけ	こまつな もやし			
		にくじゃが	あぶら じゃがいも さとう	ぶたにく	たまねぎ にんじん えだまめ しらたき	さけ しょうゆ みりん		
		パン はっこうにゅう	パン	はっこうにゅう				
16	木	おはなのハンバーグ	さとう でんぶん	とりにく ぶたにく	たまねぎ	しょうゆ みりん	595	24.5
		じゃがコーン	じゃがいも あぶら		コーン	しお		
		ミネストローネ	マカロニ さとう	ウインナー	たまねぎ にんじん キャベツ トマトジュース	ケチャップ ブイヨン		
		ごはん ぎゅうにゅう	ごはん	ぎゅうにゅう				
17	金	さわらのたけのこあんかけ	でんぶん あぶら ごまあぶら	さわら	たまねぎ にんじん たけのこ ピーマン しょうが	しょうゆ みりん オイスターソース	608	23.8
		みそしる	じゃがいも	あつあげ あわせみそ	たまねぎ にんじん えのきたけ			
		ごはん ぎゅうにゅう	ごはん	ぎゅうにゅう				
		ピピンバ	あぶら さとう ごま ごまあぶら	ぶたひきにく だいたい ねりこ ねりご	しょうが にんにく もやし にんじん こまつな	しょうゆ みりん		
20	月	わかめスープ		わかめ			666	26.0
		ぶどうゼリー	ぶどうゼリー					
		パン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう				
		たらノルウェーふう	でんぶん じゃがいも あぶら さとう	たら		ケチャップ ソース		
21	火	ごまキャベツ	ごま		キャベツ		809	23.0
		ビーフンスープ	ビーフ ごまあぶら	やきぶた	たまねぎ にんじん もやし こまつな	とりだし しお こしょう		
		ごはん ぎゅうにゅう	ごはん	ぎゅうにゅう				
		こうやどうふのたまごとし	さとう	とりにく こうやどうふ たまご	たまねぎ にんじん えだまめ	しょうゆ みりん さけ		
22	水	じゃがいものみそしる	じゃがいも	あぶらあげ まめみそ	にんじん キャベツ えのきたけ こまつな ねぎ		639	27.2
		りんご				りんご		
		パン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう				
		ヤンニョムチキン	でんぶん あぶら さとう	とりにく	にんにく	ケチャップ コチュジャン みりん しょうゆ		
23	木	ナムル	ドレッシング		もやし こまつな にんじん		593	25.1
		ワンタンスープ	ワンタンのかわ	やきぶた	たまねぎ にんじん テンゲンサイ	とりだし しお こしょう		
		ごはん ぎゅうにゅう	ごはん	ぎゅうにゅう				
		しろみぎかなのおこのみやきふう	でんぶん あぶら	パンガシウス あおりの かつおぶし		おこのみやきソース		
24	金	ごまあえ	ごま		キャベツ もやし	しょうゆ	620	25.1
		さつまいもいりごもくまめ	あぶら さつまいも さとう	だいたい さつまあげ	にんじん ごぼう こんにやく ほししいたけ	しょうゆ みりん		
		ごはん ぎゅうにゅう	ごはん	ぎゅうにゅう				
		いわしのうめ		いわし	うめ	しょうゆ		
27	月	こまつなごましおこんがあえ	ごまあぶら ごま	しおこんが	キャベツ こまつな		586	21.5
		そうめんじる	そうめん	あぶらあげ	たまねぎ にんじん だいこん ねぎ	うすくちしょうゆ みりん しお		
		あげパン ぎゅうにゅう	パン あぶら ぶどうとう	きなこ ぎゅうにゅう		シナモン		
		にくだんごいりとうにゅうポトフ	じゃがいも	とりにく ぶたにく とうにゅう	たまねぎ にんじん パセリ	ブイヨン		
28	火	コーンサラダ	マヨネーズ		キャベツ コーン		602	20.8
		こがたパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう				
		ごもくうどん	うどん	とりにく あぶらあげ	たまねぎ にんじん だいこん こまつな ねぎ	うすくちしょうゆ みりん		
		チキンナゲット	こむぎこ パンこ あぶら	とりにく				
30	木	ツナコーンマヨ	マヨネーズ	まぐろみずに	キャベツ コーン		651	27.8

## 給食費について

給食費は、全て食材料費のみに使用します。  
給食を作るために必要な水道光熱費、施設設備費、人件費は市が負担しています。

(内訳) 1年生1食分の目安です。

パン・ご飯 78円 おかず 196円  
牛乳 69円 消費税 27円  
合計 370円



令和8年度は、給食費負担軽減交付金により小学校は月5200円を国・県が負担し、物価高騰分として幼稚園は月600円、小学校は低学年月750円・高学年月900円を市が負担します。

## 主食について

- ① パン(週2回実施)  
給食用の小麦を用い、ショートニング・脱脂粉乳・さとう・イーストなどを入れて作られています。小麦粉には、三重県産小麦「ニシノカオリ」が30%含まれています。  
パンは甘みをおさえ、おかずの味を損なわずに食べられるように工夫しています。コッペパン・黒糖パン、三重県産の米粉が入った米粉パンなどがあります。
- ② ごはん(週3回実施)  
ごはんは三重県産のキヌヒカリです。炊飯施設で炊き、一食分ずつお弁当箱につめて、温かいまま各学校へ配送しています。通常の白いごはんに他に、わかめごはんやしぐれごはんなども実施しています。
- ③ めん(月2~3回実施)  
うどん・スパゲッティ・中華そば・やしそばなどを実施しています。

## 食物アレルギー等への対応について

食物アレルギー・乳糖不耐症など、食事内容に配慮が必要な児童については、家庭からの申し出により、医師の診断書に基づいて、可能な限り除去食などの対応を行っております。必要な方は学校へご相談ください。なお、桑名市小学校給食では、そば・落花生は使用しません。しかし、加工食品においては、工場内でそば・落花生を使用している場合がありますので、お問い合わせください。

# 4月 給食だより

ご入学、ご進級おめでとうございます

新年度が始まりました。給食は、準備から食事、片づけまで実践を通して、望ましい食習慣と食について自ら考え行動する力を育てることを目標としています。食を通じて、子どもたちが元気に毎日を過ごしていけるように努めますので、よろしくお願いいたします。

## 給食の やくぞく

食事のマナーは、相手への思いやりの気持ちをあらわすものです。  
みんなで楽しく食事をするために、約束を守って楽しい給食の時間にしていこう！

<p>しっかりせっけんで 手を洗おう</p>	<p>食事のあいさつは 気持ちをこめてしよう</p> <p>いただきます ごちそうさまでした</p>	<p>苦手なものにも チャレンジしよう</p>
<p>食事中は立ち歩かない ようにしよう</p>	<p>口に食べものを入れたまま 話さないようにしよう</p>	<p>姿勢よく食べよう</p> <p>背筋ピン！</p>

## 給食のかたづけ

感謝の気持ちを持って  
ていねいに片づけよう

<p>食べ残しは 決まりを守ってもどそう</p>	<p>食器に食べものが 残っていないか確認しよう</p>	<p>配ぜん台を きれいにふこう</p>
------------------------------	----------------------------------	--------------------------



**まごわやさしい献立** まめ、ごま、わかめ（海藻類）、野菜、魚や小魚、しいたけ（きのこ類）、いもを使った献立です。

☆28日（献立表A群）、24日（献立表B群）…

**ごはん、牛乳、白身魚のお好み焼き風、ごま和え、さつまいも入り五目豆**

**骨コツメニュー** 骨を強くする「カルシウム」が多くとれる料理です。

☆15日（献立表A群）、14日（献立表B群）…いわし節入り焼きそば、小魚入りフライビーンズ

**たのしみひとしな ふるさと発見ランチ** 桑名市や三重県でとれる食材を使った料理です。

☆20日（献立表A群）、27日（献立表B群）…桑名産の「ごまつな」を使った「ごまつなのごま塩昆布和え」です。

☆23日（献立表A群）、17日（献立表B群）…桑名産の「たけのこ」を使った「さわらのたけのこあんかけ」です。

## ワールドランチ

☆27日（献立表A群）、23日（献立表B群）…韓国料理の「ヤンニョムチキン」「ナムル」です。



統一メニューについて 桑名・多度・長島地区それぞれ、給食を作る施設や機械器具に違いはありますが部分的に同じメニューが出来るよう工夫して、月に数回程度、献立を統一します。今月は [ ] の部分です。