

令和3年



4月分献立予定表



多度学校給食センター
多度学校給食委員会

日付	曜日	こんだてめい名	食品名			備考	中学年 エネルギー (Kcal)
			赤	黄	緑		
			体をつくる食品	かや体温になる食品	体の調子を整える食品		
8	木	ロールパン 牛乳 マカロニグラタン ブロッコリーサラダ 肉団子スープ 【センター統一献立】 ポークカレー(ごはん) ポークカレー) 福神漬 コーンサラダ 牛乳	ぎゅうにゅう まぐろあぶらつけ チーズ にくだんご	パン マカロニ ドレッシング ホワイトソース	しめじ ほうれんそう なら パセリ ブロッコリー コーン たまねぎ にんじん もやし	中学校 給食開始	793 (中学校)
9	金	ごはん 牛乳 春巻き バンバンジーサラダ もずくスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく スキムミルク	ごはん あぶら カレールウ じゃがいも ドレッシング	にんにく しょうが にんじん たまねぎ えだまめ キャベツ コーン ふくじんづけ	小学校 給食開始	667
12	月	ごはん 牛乳 春巻き バンバンジーサラダ もずくスープ	ぎゅうにゅう はるまき ささみ しろみそ ベーコン もずく	ごはん あぶら すりごま さとう ごまあぶら	キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ コーン チンゲンサイ		614
13	火	ロールパン 牛乳 ケチャップソースハンバーグ 粉ふきいも コンソメスープ	ぎゅうにゅう ハンバーグ あおのり ウインナー	パン さとう じゃがいも	たまねぎ にんじん キャベツ しめじ		612
14	水	ごはん 発酵乳 枝豆がんも 磯和え 高野豆腐の卵とじ	ジョア ストロベリー のり えだまめがんも とりにく たまご こうやどうふ	ごはん さとう	こまつな もやし コーン にんじん たまねぎ ほししいたけ ねぎ		646
15	木	ツイストパン 牛乳 イタリアンスパゲッティ フルーツのゼリー和え	ぎゅうにゅう ウインナー	パン スパゲッティ オリーブあぶら さとう ゼリー	にんじん しめじ ピーマン たまねぎ みかん パイン おうとう		694
16	金	ごはん 牛乳 さばの味噌煮 即席漬 けんちん汁	ぎゅうにゅう さば あかみそ しおこんぶ とりにく とうふ あぶらあげ	ごはん さとう いりごま ごまあぶら	しょうが キャベツ ねぎ にんじん だいこん ごぼう こんにやく ほししいたけ		654
19	月	ごはん 牛乳 チキン南蛮 ごまキャベツ 豆腐のみそ汁	ぎゅうにゅう とりにく とうふ あぶらあげ わかめ あわせみそ	ごはん あぶら さとう タルタルソース いりごま	キャベツ たまねぎ だいこん ねぎ		719
20	火	【桑名市統一献立 ふるさと発見ランチ キャベツ】 ロールパン 牛乳 オムレツのトマトソースかけ 春キャベツのポトフ ジャム	ぎゅうにゅう オムレツ ウインナー	パン さとう じゃがいも ジャム あぶら	にんにく たまねぎ えだまめ きピーマン マッシュルーム うらごしトマト キャベツ にんじん		663
21	水	ごはん 牛乳 いわしの梅煮 切干大根のサラダ もちもち団子汁	ぎゅうにゅう いわしのうめに まぐろあぶらつけ	ごはん ドレッシング おじゃがもちボール	きりぼしだいこん コーン キャベツ えのきたけ にんじん たまねぎ ねぎ		712
22	木	小型ロールパン 牛乳 焼うどん 小魚フライ ツナと豆のサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく ちくわ あおのり かつおぶし きびなご ミックスビーンズ まぐろあぶらつけ	パン うどん あぶら マヨネーズ	しょうが キャベツ にんじん ねぎ きゅうり コーン	小魚フライ 小 2び 中 3び	610
23	金	【センター統一献立】 ごはん 牛乳 マーボー豆腐 春雨サラダ	ぎゅうにゅう とうふ ぶたひきにく あかみそ チキンハム	ごはん あぶら でんぶん ごまあぶら はるさめ さとう	しょうが にんにく にんじん ほししいたけ たまねぎ ねぎ たけのこ もやし こまつな		636
26	月	鶏そぼろ丼(ごはん) とりそぼろ) 春野菜のみそ汁 牛乳	ぎゅうにゅう とりひきにく いりたまご あぶらあげ あわせみそ	ごはん さとう あぶら じゃがいも	しょうが さやいんげん にんじん キャベツ たまねぎ ねぎ		624
27	火	【桑名市統一献立 ワールドランチ イタリア】 米粉パン 牛乳 チキンカチャトラ マカロニサラダ	ぎゅうにゅう とりにく だいたい まぐろあぶらつけ	パン オリーブあぶら さとう マカロニ マヨネーズ	にんにく セロリ たまねぎ マッシュルーム にんじん ピーマン きピーマン キャベツ うらごしトマト パジル トマトジュース		637
28	水	【桑名市統一献立 ふるさと発見ランチ たけのこ】 ごはん 牛乳 さわらの生葉煮 うめ和え 若竹煮	ぎゅうにゅう さわら とりにく わかめ あつあげ	ごはん さとう	しょうが キャベツ うめ にんじん こんにやく たけのこ		638
30	金	ごはん 牛乳 いかのチリソース炒め ワンタンスープ	ぎゅうにゅう いかフリッター ベーコン	ごはん あぶら さとう でんぶん ワンタン	たまねぎ にんじん チンゲンサイ あかピーマン きピーマン もやし エリンギ しょうが にんにく		653

※ 材料の都合により献立の一部を変更することがあります。 ※ この紙は古紙を利用しています。

給食費について

ご家庭より毎月集金します給食費は、全て食材料費のみに使用します。

(内訳)1年生の1食分目安です。

パン・ご飯	55円	おかず	124円
牛乳	52円	消費税	19円
		合計	250円



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。

副食について

文部科学省の学校給食栄養量に基づいて栄養価を決めています。児童の嗜好も考慮しながら、なるべくいろいろな種類の食品を取り入れるよう工夫しています。また、三重県がすすめている県産品や地域食材など、品質のよい安全性の高い食品を選択し、食の安心・安全に努めています。

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)

ごはんは桑名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。通常の白いごはんの他に、わかめごはんやしく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

多度学校給食センターでは、飲用牛乳・鶏卵のアレルギー対応を行っています。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、医師の診断に基づいて、可能な範囲で除去食対応を行っております。必要な方はご相談ください。

がつ 4月 きゅうしょくだより


ご入園、ご入学、ご進級おめでとうございます。新しいクラスで過ごす1年間、どんな楽しいことがあるのかワクワクしますね。給食の時間は、お昼ご飯を食べるためだけの時間ではありません。食事のこと、食品のこと、栄養素のことなどたくさんのお話を学び、感じながら、調理員さんが心を込めて作った給食を味わいましょう。好き嫌いをせずにしっかり食べて、楽しい1年をスタートしましょう。



**給食のまえには
きれいに手を洗おう!**

**「いただきます」「ごちそうさま」の
あいさつをしよう!**

いただきます ごちそうさまでした



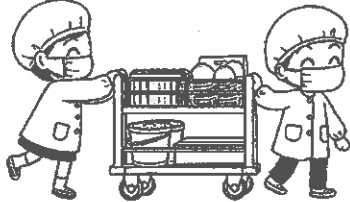
**好き嫌いをせずに
食べましょう!**



**みんなで守ろう!
給食のやくそく**

給食には、みんなが楽しく食事を
するための約束があります。

約束を守って楽しい給食の時間
にしましょう。



**給食当番のみじたくを
しっかりしよう!**



**食べ終わった食器は
きれいに片付けよう!**



**会話せず前を
向いて食べよう!**



**背中ピン!
姿勢よく食べよう!**



たのしみひとしな ふるさと発見ランチ



「ふるさと発見ランチ」は、地域の良さをもっと知ってもらうために、桑名や三重県で生産された食材を給食に取り入れ、紹介しています。

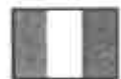
★20日(火) 三重県で穫れた「春キャベツ」を使った「春キャベツのポトフ」です。

★28日(水) 桑名産の「たけのこ」を使った「若竹煮」です。

ワールドランチ

「ワールドランチ」は平成28年に伊勢志摩でサミットが行われた際に参加国の料理を紹介して以降、世界各国の料理を給食に取り入れています。

★27日(火) 『イタリア』のチキンカチャトーラが登場します。



統一メニューについて

桑名・多度・長島地区それぞれ、給食をつくる施設や機械器具に違いがありますが、部分的に同じメニューが出来るように工夫して、月に数回程度、献立を統一します。