



4月給食たより

令和8年4月
太白台小学校

ご入学 ご進級 おめでとうございます！

待ちに待った、新学期がスタートしました。みなさんの学校生活がより充実したものとなるように、日々の給食を通して応援していきたいと思います。1年間、よろしくお願いします。

学校給食は「食」を学ぶ時間です！



学校給食は単なる食事の時間ではなく、「学校給食法」に基づき実施される教育活動です。栄養バランスのとれた食事を提供することで、成長期にある子どもたちの健全な発達を支えることはもちろん、健康に良い食事や食文化、地場産物、食事のマナーなど、さまざまなことを学ぶための時間です。

学校給食の目標のポイント

※「学校給食法」
第二条より
抜粋・要約

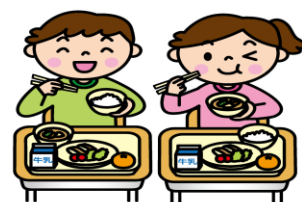
1 適切な栄養の摂取による健康の保持増進。



2 食事について正しい理解を深め、健全な食生活を育む判断力や望ましい食習慣を養う。



3 明るい社会性と協同の精神を養う。



4 自然の恩恵への理解を深め、生命、自然を尊重する精神や環境の保全に寄与する態度を養う。



5 食生活が多くの人の勤労に支えられていることを理解し、感謝する。



6 伝統的な食文化を理解する。



7 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。



給食では旬の食材を取り入れています。骨のある魚、皮付きの果物など、食べるのにひと手間かかるものは面倒だからと敬遠されがちです。食べ方がわからない場合もありますので、ご家庭でも食べ方を教えていただければと思います。

また、給食で初めて食べる食品でアレルギー症状が出ることがあります。献立表を確認いただき、食べたことのない食品がある場合は、ご家庭で事前に試していただくと安心です。ご協力よろしくお願いします。



☆アレルギー対応☆

「そば・ピーナッツ・カシューナッツ・くるみ・キウイフルーツ・いくら・たらこ」

- ・上記7食品は、津幡町の学校給食には使用しません。(※生卵、半熟卵料理も提供しません。)
- ・給食室では「乳・鶏卵(うずら卵)・えび・いか及びこれらを含む食品」のみ除去食を提供します。

☆その他☆

- ・学校給食費は令和8年1月より無償です。
- ・病気などで学校を欠席し、連続して5日以上給食を食べない場合、給食を停止します。申し出があった5日後(土日祝除く)から停止になります。わかり次第、学級担任へ連絡してください。

日	献立名	主に体をつくる(赤)	主に熱や力のもとになる(黄)	主に体の調子を整える(緑)	エネルギー	たんぱく質	脂質
9 木	わかめごはん ぶたにくのスタミナのため すましじる はなみだんご お花見献立	わかめ 豚肉 絹ごし豆腐 ぶかし	米 白麦 油 さとう ごま でんぷん ごま油 米粉 さとう 油	しょうが にんにく キャベツ もやし たまねぎ にんじん たら りんご だいこん えのきだけ みつば よもぎ	628	23.9	13.6
10 金	ごはん あげギョウザ ちゅうかあえ みそラーメン	ひじき 鶏肉 大豆粉 大豆たん白 鶏肉 豚肉 みそ	米 豚脂 でんぷん さとう 小麦粉 油 大豆油 さとう ごま油 中華めん ごま油 バター	キャベツ たまねぎ たら もやし にんじん きゅうり はくさい たまねぎ にんじん とうもろこし ねぎ	616	22.3	19.5
13 月	ごはん さばのたつたあげ ひじきのいために たまねぎのみそしる	さば ひじき さつまあげ 油揚げ みそ	米 でんぷん 米粉 大豆油 油 さとう	しょうが こんにゃく にんじん えだまめ たまねぎ にんじん えのきだけ こまつな	617	23.5	22.7
14 火	ごはん シューマイ バンサンスウ マーボー豆腐	豚肉 大豆たん白 ロースハム 木綿豆腐 豚肉 赤みそ	米 でんぷん 豚脂 さとう 油 小麦粉 はるさめ ごま油 さとう 油 さとう ごま油 でんぷん	たまねぎ しょうが きゅうり キャベツ しょうが にんにく たまねぎ にんじん ねぎ	647	23.6	22.7
15 水	ミルクロール オムレツ キャベツのペペロンチーノ はるやさいのクリームに	脱脂粉乳 鶏卵 ベーコン 鶏肉 牛乳	小麦粉 ショートニング さとう マーガリン 油 でんぷん 油 油 ジャがいも 米粉 バター 生クリーム	キャベツ たまねぎ 赤ピーマン にんにく たまねぎ にんじん アスパラガス 生しいたけ	599	22.4	27.3
16 木	ごはん お祝い献立 フライドチキン パスタサラダ コンソメスープ おいわいデザート(とうにゅうプリン) 1年生 給食開始	鶏肉 豚肉 豆乳クリーム	米 でんぷん 米粉 大豆油 マカロニ さとう 油 ノンエッグマヨネーズ さとう 水あめ	きゅうり にんじん とうもろこし もやし にんじん たまねぎ だいこん いちご	636	22.9	18.7
17 金	むぎごはん きびなごカリカリフライ★ グリーンサラダ ポークカレー	きびなご 豚肉	米 白麦 水あめ さとう ジャがいも でんぷん 米粉パン粉 玄米粉 油 大豆油 油 さとう ジャがいも 油 カレールウ	しょうが ブロッコリー キャベツ きゅうり しょうが にんにく たまねぎ にんじん りんご ブルーン	641	20.5	18.8
20 月	ごはん はるまき オイスターソースいため にくだんごのスープ ヨーグルト	豚肉 ひじき 牛肉 ミートボール(鶏肉 豚肉 大豆たん白) ヨーグルト	米 はるさめ 豚脂 小麦粉 水あめ さとう でんぷん 油 大豆油 ごま油 さとう でんぷん ミートボール(でんぷん 水あめ 大豆油) はるさめ	キャベツ たまねぎ にんじん ねぎ しょうが キャベツ たまねぎ エリンギ にんじん ミートボール(たまねぎ) はくさい にんじん ねぎ	622	18.0	19.2
21 火	ごはん ぶたにくのくわやき★ いそかあえ かきたまみそしる	豚肉 のり 鶏卵 絹ごし豆腐 みそ	米 米粉 でんぷん 油 さとう さとう	キャベツ こまつな もやし たまねぎ ねぎ えのきだけ	630	25.9	23.4
22 水	バターロール あじのハーブあげ だいこんとツナのサラダ ミネストローネ	脱脂粉乳 鶏卵 あじ ツナ 大豆 ウィンナー	小麦粉 さとう マーガリン でんぷん 大豆油 油 さとう マカロニ ジャがいも さとう	バジル粉 だいこん きゅうり とうもろこし たまねぎ にんじん トマト	604	29.0	23.5
23 木	にくみそどん(むぎごはん) (ぐ) すのもの あつあげのうまに	豚肉 赤みそ かまぼこ わかめ 鶏肉 厚揚げ	米 白麦 ごま油 さとう さとう 油 さとう	にんにく しょうが たまねぎ もやし にんじん こまつな きゅうり キャベツ にんじん たまねぎ こんにゃく えだまめ	607	26.0	16.9
24 金	ごはん ちくわのいそべあげ みそいため あさりとみつばのはるうどん	魚肉すりみ あおさ 豚肉 みそ あさり かまぼこ	米 でんぷん さとう 油 小麦粉 大豆油 油 さとう でんぷん うどん	キャベツ たまねぎ にんじん こまつな たまねぎ にんじん みつば	595	21.8	15.6
27 月	春の遠足 (給食なし)						
28 火	遠足予備日 (給食なし)						
30 木	たけのごはん いわしのみぞれに つけもの めったじる	油揚げ いわし 豚肉 みそ	米 白麦 さとう さとう でんぷん さつまいも	たけのこ にんじん しいたけ だいこん キャベツ きゅうり たくあん漬 だいこん にんじん たまねぎ ねぎ	608	24.2	18.6

※ 牛乳(主に体をつくる)は毎日つきます。※ 都合により一部献立を変更することもあります。※毎月かみかみ献立を実施。(★印)

栄養価平均 (中学年)	エネルギー	たんぱく質	脂肪	カルシウム	鉄	レチノール当量	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	塩分	マグネシウム	亜鉛
	622kcal	15.0%	29.7%	351mg	3.7mg	241μg	0.57mg	0.50mg	23mg	4.7g	2.4g	81mg	2.7mg