

4月分予定献立表(Cコース)

(給食回数14回)



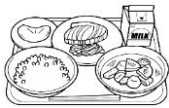
令和6年度

久喜市教育委員会
久喜市立学校給食センター

日付 (曜日)	献立			血・肉・骨となるもの(あか)		体の調子を整えるもの(みどり)		熱や力となるもの(きいろ)		熱量(Kcal) たんぱく質(g)	
	主食	飲物	おかず	1群	2群	3群	4群	5群	6群	小学生	中学生
10日 (水)	ごはん	牛乳	ビビンバ	ぶた肉	牛乳	にら	玉ねぎ、こんにゃく	ごはん、さとう	油、ごま油、ごま	580	777
			もやしのナムル (ナムルドレッシング)			ほうれん草、 にんじん	もやし	ドレッシング			
			トック入りわかめスープ	とり肉	わかめ	にんじん	玉ねぎ	トック	油、ごま油		
11日 (木)	わかめごはん 行事食 (入学・進級 おめでとう献立)	牛乳	とり肉のから揚げ	とり肉	牛乳、わかめ		にんにく、生姜	ごはん、でん粉	油	618	813
			ほうれん草のごま和え			にんじん、 ほうれん草	キャベツ	さとう	ごま		
			紅白はんぺん入りすまし汁	はんぺん、 かまぼこ		にんじん	大根、長ねぎ、干しいたけ				
			お祝いデザート					ゼリー			
12日 (金)	コッペパン	牛乳	フランクフルト	フランクフルト	牛乳			コッペパン		691	876
			チリコンカン	ぶた肉、大豆		にんじん	玉ねぎ、にんにく		油		
			春雨スープ	とり肉		にんじん	キャベツ、とうもろこし	春雨	油		
			クレープ					クレープ			
15日 (月)	ごはん	牛乳	ショーロンボー	ぶた肉、とり肉	牛乳		玉ねぎ	ごはん、小麦粉、 パン粉、でん粉		620	826
			チンゲン菜とコーンのサラダ (具だくさん玉ねぎドレッシング)			チンゲン菜	とうもろこし、もやし		ドレッシング		
			野菜たっぷりマーボー豆腐	ぶた肉、豆腐、 みそ		にんじん	玉ねぎ、干しいたけ、 長ねぎ、たけのこ、生姜	さとう、でん粉	油、ごま油		
16日 (火)	ごはん	牛乳	さばのごま焼き	さば	牛乳			ごはん	ごま	609	818
			じゃがいものカレーそぼろ煮	ぶた肉		にんじん、 さやいんげん	こんにゃく	じゃがいも、さとう	油		
			豆腐のみそ汁	豆腐、油揚げ、 みそ		小松菜	大根、長ねぎ				
17日 (水)	黒パン	牛乳	とり肉のコーンフレーク焼き	とり肉	牛乳			黒パン、米粉パン粉、 コーンフレーク	ノンエッグマヨネーズ	645	862
			ブロッコリーサラダ			ブロッコリー、 にんじん	とうもろこし、玉ねぎ	さとう	油		
			えびボール入りミネストローネ	たら、えび		にんじん、トマト	玉ねぎ、キャベツ	じゃがいも、さとう、 小麦でん粉	オリーブオイル		
			中>りんごヨーグルト		ヨーグルト						
18日 (木)	地粉うどん	牛乳	ココア揚げパン(乳不使用)		牛乳			乳不使用コッペパン、 さとう、地粉うどん	油	684	859
			小松菜のおかか和え	かつお節		小松菜、にんじん	キャベツ	さとう	ごま油		
			五目うどん	ぶた肉、油揚げ、 かまぼこ		にんじん	干しいたけ、玉ねぎ、 長ねぎ	でん粉			
19日 (金)	ごはん	牛乳	さわらのねぎみそだれがけ	さわら、みそ	牛乳		長ねぎ	ごはん、さとう、 でん粉		560	758
			ごぼうとさつま揚げの炒め物	とり肉、 さつま揚げ		にんじん	ごぼう、枝豆	さとう	油、ごま油、ごま		
			肉団子汁	とり肉、ぶた肉、 生揚げ		にんじん、小松菜	大根、長ねぎ、玉ねぎ	でん粉			
22日 (月)	ごはん	牛乳	チキンナゲット	とり肉	牛乳		にんにく	ごはん、パン粉、 小麦粉	油	666	869
			フルーツポンチ				パインアップル	ゼリー			
			ポークカレー	ぶた肉、 とりレバー	スキムミルク	にんじん、トマト	玉ねぎ、にんにく、生姜	じゃがいも	油、カレールー		
23日 (火)	ごはん 郷土料理 (高森県)	牛乳	まぐろカツ(ソース)	まぐろ	牛乳		玉ねぎ、生姜	ごはん、パン粉、 小麦粉	油	570	794
			ほたてごはんの具	油揚げ、ほたて		にんじん	たけのこ、ごぼう、しらたき、 枝豆、干しいたけ	さとう	油		
			せんべい汁	豆腐、とり肉、 みそ		にんじん	大根、長ねぎ	南部せんべい (小麦粉)			
24日 (水)	こどもパン	牛乳	ハンバーグデミグラスソースがけ	ぶた肉、とり肉	牛乳		玉ねぎ	こどもパン、さとう、 でん粉		576	742
			キャベツのサラダ			にんじん	キャベツ、きゅうり	さとう	オリーブオイル		
			桜のマカロニスープ	とり肉		にんじん、パセリ	玉ねぎ	マカロニ、じゃがいも	油		
25日 (木)	中華めん	牛乳	深谷ねぎ入りぎょうざ	ぶた肉	牛乳	にら	キャベツ、玉ねぎ、長ねぎ、 にんにく、生姜	中華めん、パン粉、 小麦粉	油、ごま油	632	812
			春野菜の炒め物	かまぼこ		にんじん、 チンゲン菜	たけのこ、生姜	春雨、さとう	油		
			みそラーメン	ぶた肉、みそ		にんじん	もやし、キャベツ、玉ねぎ、生姜、 とうもろこし、さくらげ、にんにく		油、ごま油、ごま		
26日 (金)	ごはん SDGs 取組献立	牛乳	いわしの生姜煮	いわし	牛乳		生姜	ごはん、さとう		576	773
			ひじきとちくわの煮物	ちくわ	ひじき	にんじん	こんにゃく、枝豆	さとう	油		
			じゃがいもと玉ねぎのみそ汁	生揚げ、みそ		ほうれん草	玉ねぎ	じゃがいも			
			のりふりかけ	かつお節	のり	抹茶		さとう			
30日 (火)	ごはん	牛乳	白身魚の甘酢あんかけ	かれい	牛乳			ごはん、さとう、 でん粉	油	561	757
			野菜炒め	ちくわ		にんじん	玉ねぎ、キャベツ	でん粉	油		
			ワンタンスープ	ぶた肉、なると		にんじん	もやし、長ねぎ、 干しいたけ	ワンタンの皮	油、ごま油		

※食材調達等の事情により、内容を変更する場合があります。
 ※献立表には、使用する食材全てが記載されているわけではありません。詳細が必要な方には、申請書の提出をお願いしております。
 ※主食と飲物の食材については、各日の1段目に記載しています。
 ※「中>〇〇」は、中学校のみ提供の献立になります。

4月平均栄養摂取量	熱量(kcal)	613	810
	たんぱく質(g)	24.9	31.0



給食だより

4月の目標

「楽しい食事をしよう」

ご入学、ご進級おめでとうございます。久喜市立学校給食センターでは、この給食だよりを通して、学校給食や食育に関する情報をお届けしてまいります。ぜひ、お子さまと一緒にご覧いただき、ご家庭での食育にご活用いただければ幸いです。「子どもたちの笑顔あふれる久喜の学校給食」を目指して安全でおいしい給食を提供いたしますので、ご理解とご協力のほどよろしくお願い申し上げます。

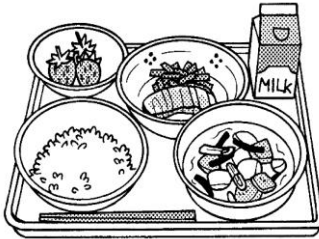
給食のねらい

学校給食は、教育の一環として実施されています。栄養のバランスのとれた食事を友人や先生と一緒に食べることで、**食事のマナーや食べもの、栄養のこと**などを知り、**豊かな心と丈夫なからだ**を作ることを目指しています。

充実した献立

- ① 行事食
- ② 郷土料理や教科関連献立等
- ③ SDGs取組献立

久喜市「給食・食に関する指導」年間計画に基づき、毎月提供します。(コースにより実施日は異なります)



給食写真をブログで公開中!

久喜市のホームページまたは、各学校のホームページでご覧いただけます。



主食

〇ごはん(週3回)

久喜産米「彩のかがやき」又は「彩のきすな」を使用(10割)。久喜・菖蒲地区は「全国農協食品(株)久喜事業所」、栗橋・鷺宮地区は「埼玉県学校給食パン・米飯協同組合岩槻工場」で製造、配送します。

〇パン(週1回)

埼玉県産小麦「さとのそら」を使用(約3割)。市内にある「(有)新井製パン工場」で製造、配送します。

〇めん(週1回)

埼玉県産小麦「さとのそら」を使用(約3割・約10割)。行田市にある「(有)まにわ製麺所」で製造、配送します。

副食(主菜、副菜、汁物)

揚げ物、煮物、炒め物、和え物、汁物などバラエティーに富んだ内容で、地場産農産物や旬の食材を積極的にとり入れています。「久喜市立学校給食センター」で調理、配送します。

牛乳

主に県内産の生乳を使用した牛乳です。行田市にある「森乳業(株)」で製造し、配送します。

学校給食費について (令和6年度)

	保護者負担分	給食回数	1食単価
小学校	4,150/月	188回	243円
中学校	4,960/月	185回	295円

※中学3年生の給食回数は179回になります。

※学校が指定する期日までに必ず納入をお願いします。学校給食費未納の場合は、訪問などによる徴収を実施します。

※ご家庭からいただく学校給食費は、**食材費のみ**に使われます。設備費、人件費、光熱水費などは、市が負担します。

※病気やけが等で学校給食を連続して6日以上停止する場合は、欠食日数分を差し引いた額を徴収いたします。保護者からの事前の申し出により対応いたしますので、詳しくは学校にお問い合わせください。

※食物アレルギーなどにより牛乳を停止する場合は、牛乳代を除いた額を徴収いたします。

※試食会(PTA等)の費用は、小学校273円、中学校332円です。

学校給食のコース分けについて

リスク分散や食材調達等を考慮し、市内小・中学校31校を3つのコースに分けて提供しています。

Aコース	Bコース	Cコース
久喜小学校	太田小学校	栗橋西小学校
清久小学校	青葉小学校	栗橋南小学校
本町小学校	青毛小学校	栗橋小学校
久喜北小学校	久喜東小学校	桜田小学校
江面小学校	菖蒲小学校	東鷺宮小学校
鷺宮小学校	小林小学校	栗橋東中学校
砂原小学校	三箇小学校	栗橋西中学校
久喜中学校	栢間小学校	鷺宮東中学校
久喜南中学校	菖蒲東小学校	
鷺宮中学校	久喜東中学校	
鷺宮西中学校	太東中学校	
	菖蒲中学校	

SDGs取組献立を提供します!

SDGsは、誰ひとり取り残されことなく、安定してこの地球で暮らし続けることができるように、世界のさまざまな問題を整理し、解決するための世界共通の目標です。久喜市においても、SDGsの推進に向けた取組方針を定め、理念の理解・普及・啓発を行っています。令和6年度の学校給食では、17のターゲットの中からターゲット2の「飢餓をゼロに」とターゲット12の「つくる責任 つかう責任」に関連した「SDGs取組献立」を毎月提供します。



4月のSDGs取組献立 『適切な量と味を知ろう』

持続可能な「健康な食事」として、主食・主菜・副菜を基本に食事のバランスを整えることが大切です。自分に合った適切な食事量は、身長と体重から分かります。ぜひ調べてみましょう。

また、米を主食とする和食を基本に、地域の食材や旬の素材を使って、季節の変化を楽しみながら食事をしましょう。酸味やうま味を生かすと、塩分を控えることができ、自然の恵みを生かした優しい味になります。みなさんも、食料資源を大切に、食べ残しや食材の無駄・廃棄を減らして、健康な食事を心がけていきましょう。

SDGsは、一人ひとりの取組みは小さくても、みんなで続けていくことが大切です。みんなで自分のこととして、取り組んでいきましょう。



久喜市では、学校給食献立等の情報発信の拡大を図るため、スマートフォンやタブレット端末を活用し、お子さまの通う学校の給食の献立確認や料理のレシピ検索等が行える「給食献立情報発信支援サービス『給食ナビ』」を導入しています。

給食ナビの概要

- ・学校給食の栄養バランスを見やすいグラフで表示
- ・簡単なアレルギーチェックができる

利用方法

- ① Apple Store 又は Google Play から『給食ナビ』のアプリをダウンロード
- ② 子どもの通う学校を設定



久喜市立小・中学校 マスコットキャラクター 「はびるん」

新しいクラスで迎える新学期は、慣れない環境の中で子どもたちの食欲に変化が見られることもあります。

そこで今月は、子どもたちに親しみのある食材や料理を多くとり入れ、小学1年生にも食べやすいよう配慮した献立になっています。

今年度も引き続き、楽しい給食の時間になるよう、心を込めてお届けします。



おしらせ

- ・サラダの手作りドレッシングと和え物の調味料は、学校給食センターで和えて提供します。
- ・学校給食センターでは、おはしは食べにくいおかずの時のみスプーンを配送します。
- ・食物アレルギー、その他の疾患、宗教上の理由及び放射能を理由に給食の内容について配慮が必要な場合は、学校給食センターまでご連絡ください。
- ・久喜市では、学校給食のより一層の安全・安心を確保するために、給食に使用する食材の一部又は全部を試料として、定期的に放射性物質の検査を実施しています。検査結果については久喜市のホームページに掲載しておりますので、ご覧ください。
- ・学校給食センターでは、新型コロナウイルス感染症対策として、毎日の健康チェックやマスク着用・手洗いの徹底をしています。また、施設は24時間換気が行われています。

学校給食で使用する食材の産地は、ホームページで公開しております。

※4月分は、**4月9日までに掲載する予定です。**