



4月分学校給食予定献立表（小学校）



令和5年度

給食目標 : 給食の準備をきちんとしよう

ふじみ野市なの花学校給食センター
ふじみ野市あおぞら学校給食センター

日	曜	献立名	食品名	エネルギーたんぱく質
13	木	カレー風味コッペパン ※卵・乳なし	カレー風味コッペパン（小麦粉、ショートニング、砂糖、塩、カレー粉）	681 kcal 25.7 g
		オニオンスープ	米油、ぶた肉、にんじん、玉ねぎ、とりガラ、ローリエ、キャベツ、ローストオニオン（玉ねぎ、大豆油、菜種油）、自然塩、しょうゆ、黒こしょう、パセリ	
		フランクフルト	フランクフルト（ぶた肉、塩、砂糖）、トマトケチャップ、中濃ソース（りんご、トマト、玉ねぎ、にんにく、砂糖、酢、塩、でんぷん、大豆アミノ酸、カラメル）、きび砂糖	
		いろいろ野菜ソテー	米油、にんじん、ホールコーン、もやし、まくろツナ（きはだまぐろ、塩、野菜エキス（玉ねぎ、にんじん、キャベツ））、きび砂糖、しょうゆ、オイスターソース（かき、塩、水あめ、しょうゆ、砂糖、でんぷん）、ほうれん草、でんぷん	
14	金	ごはん	ごはん	606 kcal 25.7 g
		さくらかまぼこのすまし汁	かつおぶし、出しこんぶ、にんじん、玉ねぎ、さくらちらしかまぼこ（すけそうたら、でんぷん、砂糖、発酵調味料、塩、トマト）、とうふ、かぶ、しょうゆ、自然塩、みりん、長ねぎ	
		とり肉の塩こうじから揚げ	とり肉、しょうが、にんにく、酒、塩こうじ（米こうじ、塩）、でんぷん、米油	
		ほうれん草のごま和え	ほうれん草、にんじん、もやし、しょうゆ、きび砂糖、自然塩、ごま	
17	月	地粉うどん	地粉うどん（小麦粉、塩）	730 kcal 30.1 g
		ごまみそうどんの汁	米油、しょうが、ぶた肉、酒、にんじん、玉ねぎ、かつおぶし、出しこんぶ、しいたけ、焼きちくわ（たら、でんぷん、小麦たんぱく、大豆たんぱく、大豆油、砂糖、塩、魚介エキス（えそ・ぐち）、白菜、油揚げ、きび砂糖、しょうゆ、みそ、ねりごま、長ねぎ、ごま、でんぷん	
		肉団子のおろしソースかけ（2）	肉団子（玉ねぎ、ぶた肉、とり肉、パン粉、でんぷん、小麦たんぱく、しょうゆ、生姜、砂糖、塩、胡椒）、大根、しょうゆ、きび砂糖、みりん、でんぷん	
		カリカリきなこ豆	大豆、砂糖、自然塩、きな粉	
18	火	ごはん	ごはん	595 kcal 28.8 g
		かきたま汁	かつおぶし、出しこんぶ、とり肉、にんじん、もやし、とうふ、自然塩、しょうゆ、でんぷん、卵、わかめ、長ねぎ	
		ぶた肉のしょうが焼き	米油、しょうが、ぶた肉、酒、玉ねぎ、にんじん、しょうゆ、きび砂糖、みりん、でんぷん	
		きゅうりとたくあんのカクヤ	きゅうり、たくあん（大根、砂糖、発酵調味料、塩、酢、梅酢）、ごま油、しょうゆ、ごま	
19	水	ナン ※卵・乳なし	ナン（小麦粉、大豆油、菜種油、ショートニング、砂糖、塩、麦芽）	634 kcal 25.5 g
		大根とハムのスープ	米油、ハム（ぶた肉、ぶたエキス、水あめ、塩、海そう粉末）、酒、にんじん、とりガラ、玉ねぎ、しょうが、キャベツ、大根、自然塩、しょうゆ、黒こしょう、小松菜	
		豆乳クリームコロッケ	豆乳クリームコロッケ（パン粉（大豆）、小麦粉、豆乳、玉ねぎ、とうもろこし、ショートニング、でんぷん、砂糖、ゼラチン、菜種油、塩）、米油	
		ドライカレー	米油、しょうが、にんにく、ぶた肉、カレー粉、にんじん、玉ねぎ、小麦粉、ウスターソース（砂糖、りんご、トマト、玉ねぎ、にんにく、酢、塩、大豆アミノ酸、カラメル）、トマトピューレ、しょうゆ、自然塩、白こしょう、えだ豆	
		コーヒー牛乳	コーヒー牛乳（生乳、砂糖、コーヒー、乳製品）	
20	木	わかめごはん	わかめごはん（米、わかめ、砂糖、塩）	656 kcal 28.0 g
		新じゃがのそぼろ煮	米油、しょうが、ぶた肉、酒、にんじん、玉ねぎ、かつおぶし、出しこんぶ、じゃがいも、こんにゃく、さつま揚げ（たちうお、すけそうたら、でんぷん、菜種油、砂糖、みりん、塩）、きび砂糖、みりん、しょうゆ、自然塩、いんげん、でんぷん	
		さばの一夜干し	さばの一夜干し（さば、塩）	
		キャベツともやしの和え物	キャベツ、にんじん、もやし、ごま油、しょうゆ、きび砂糖、ごま	
21	金	ごはん	ごはん	645 kcal 21.4 g
		五目ワンタンスープ	米油、ぶた肉、にんじん、とりガラ、玉ねぎ、ローリエ、もやし、なると（すけそうたら、いとよりだい、でんぷん、塩、砂糖）、たけのこ、ワンタンの皮（小麦粉、塩）、自然塩、しょうゆ、黒こしょう、小松菜、ごま油、ラー油（ごま油、とうもろこし油、香辛料）	
		焼きぎょうざ（2）	ぎょうざ（キャベツ、小麦粉、とり肉、ぶた肉、ラード、玉ねぎ、にら、大豆たんぱく、菜種油、ごま油、塩、酒、オイスターソース、でんぷん、もち米粉、しょうゆ、ポークエキス、大豆粉、砂糖、サフラワー油、乳化剤（大豆））	
		キムチチャーハンの具	ごま油、ぶた肉、酒、にんじん、玉ねぎ、キムチ（白菜、大根、唐辛子、にんにく、にんじん、長ねぎ、生姜、塩、砂糖、昆布）、自然塩、しょうゆ、テンメンジャン（みそ、砂糖、大豆油、ごま油、発酵調味料、カラメル）、万能ねぎ	
1年生給食開始		フラワーパン ※卵・乳なし	フラワーパン（小麦粉、砂糖、マーガリン（大豆）、塩）	682 kcal 23.4 g
24	月	ポトフスープ	米油、セロリ、ウイナーソーセージ（ぶた肉、塩、砂糖）、にんじん、玉ねぎ、じゃがいも、とりガラ、しょうが、キャベツ、大根、自然塩、白こしょう、しょうゆ、パセリ	
		ハンバーグのソースかけ	ハンバーグ（ぶた肉、とり肉、玉ねぎ、大豆たんぱく、ラード、砂糖、でんぷん、ポークエキス、発酵調味料、塩、加工油脂、チキンブイヨン）、トマトケチャップ、中濃ソース（りんご、トマト、玉ねぎ、にんにく、砂糖、酢、塩、でんぷん、大豆アミノ酸、カラメル）、きび砂糖	
		ゼリーボンチ	ぶどうカットゼリー（ぶどう果汁、砂糖、水あめ）、りんごカットゼリー（りんご果汁、砂糖）、みかん缶	
25	火	山型食パン ※卵・乳なし	山型食パン（小麦粉、ショートニング、砂糖、塩）	706 kcal 21.4 g
		米粉の豆乳コーンポタージュ	米油、とり肉、白ワイン、にんじん、玉ねぎ、じゃがいも、とりガラ、ローリエ、コーンペースト、ホールコーン、豆乳（大豆）、米粉、自然塩、白こしょう、きび砂糖、パセリ	
		ハートのコロッケ	ハートのコロッケ（さつまいも、じゃがいも、パン粉、小麦粉、コーンフラワー、水あめ、植物油、砂糖、でんぷん、塩）、米油	
		オニオンドレッシングサラダ	キャベツ、きゅうり、切干大根、にんじん、米油、米酢、自然塩、白こしょう、きび砂糖、しょうゆ、玉ねぎ	
		クラスソース	ソース（りんご、トマト、玉ねぎ、にんじん、にんにく、砂糖、酢、塩、しょうゆ、でんぷん）	
		りんごジャム	りんごジャム（水あめ、りんご、砂糖）	
26	水	ごはん	ごはん	651 kcal 28.7 g
		ちんげん菜のごま入りみそ汁	かつおぶし、出しこんぶ、とり肉、酒、にんじん、玉ねぎ、キャベツ、春雨（でんぷん）、みそ、みりん、ちんげん菜、ごま	
		ほっけのたつた揚げ	ほっけのたつた揚げ（ほっけ、でんぷん、しょうゆ、生姜、酒、みりん）、米油	
		ぶた肉と大豆のあまから煮	ごま油、ぶた肉、にんじん、大豆、きび砂糖、みりん、しょうゆ	

学校給食費（4月分） 口座振替日は **5月31日（水）** です。☆給食費はすべて食材費です。ご理解ご協力をお願いします。

4月分学校給食予定献立表（小学校）



令和5年度

給食目標 : 給食の準備をきちんとしよう

ふじみ野市なの花学校給食センター
ふじみ野市あおぞら学校給食センター

日 曜	飲み物	献立名	食 品 名	エネルギーたんぱく質
27 木		麦ごはん	麦ごはん(米、米粒麦)	712 kcal 28.1 g
		ポークカレー	米油、にんにく、ぶた肉、白こしょう、マサラマイルド、にんじん、玉ねぎ、じゃがいも、とりガラ、長ねぎ、しょうが、ローリエ、パーモントルウ(小麦粉、ラード、砂糖、塩、カレーパウダー、でんぷん、玉ねぎ、脱脂粉乳、トマト、チーズ、ミルクカルシウム、バナナ、しょうゆ、はちみつ、粉乳小麦粉ルウ、小麦発酵調味料、ソース、脱脂大豆、ココア、バターミルクパウダー、昆布エキス、りんご、にんにく、ポークエキス、ブラウンルウ、カラメル、乳化剤(大豆)、香料(乳))、カレールウ(小麦粉、パーム油、塩、砂糖、カレー粉、乳製品、カカオマス、トマト、りんご、ミルクカルシウム)、トマトケチャップ、中濃ソース(りんご、トマト、玉ねぎ、にんにく、砂糖、酢、塩、でんぷん、大豆アミノ酸、カラメル)、しょうゆ、すりおろしりんご、牛乳、プレーンヨーグルト、チーズ	
		フィレオチキン	フィレオチキン(とり肉、でんぷん(小麦・大豆)、コーンフラワー、小麦粉、コーングリッツ、パン粉、塩、砂糖、大豆油、パーム油)	
		キャベツの福神和え	キャベツ、にんじん、福神漬(大根、なす、きゅうり、しその葉、生姜、砂糖、しょうゆ、酢、塩、発酵調味料(大豆、米、とうもろこし、小麦、米こうじ、水あめ、でんぷん)、魚醤(かたくちいわし))	
28 金		たけのこごはん	米油、とり肉、酒、にんじん、たけのこ、しいたけ、きび砂糖、しょうゆ、自然塩、米、えだ豆	739 kcal 27.7 g
		沢煮椀	かつおぶし、出しこなんぶ、ぶた肉、にんじん、ごぼう、大根、とうふ、油揚げ、しょうゆ、自然塩、白こしょう、長ねぎ	
		ふじみ野メンチカツ	ふじみ野市産小松菜入りメンチカツ(パン粉(大豆)、小麦粉、でんぷん、玉ねぎ、とり肉、ぶた肉、小松菜、しょうゆ、塩、こしょう、砂糖、しょうが)、米油	
		いちごヨーグルト	いちごヨーグルト(砂糖、脱脂粉乳、いちご果肉、いちご果汁、加糖練乳、全粉乳、乳たんぱく質濃縮物、寒天)	
		クラスソース	ソース(りんご、トマト、玉ねぎ、にんじん、にんにく、砂糖、酢、塩、しょうゆ、でんぷん)	

12 回	※ 献立は材料の関係で変更になる場合もあります。 ※ 混ぜごはんの時の米の量は減量となっています。		平均栄養量	670 kcal 26.2 g
	※ 各献立のくわしい使用材料等(工場コンタミネーション、製造ラインコンタミネーションを含む)が知りたい方は、学校給食センターまでお問い合わせ下さい。(なの花学校給食センター☎262-4357)(あおぞら学校給食センター☎261-5564)		栄養基準量	650 kcal 26.0 g

4月給食だより

学校給食費(4月分) 口座振替日は **5月31日(水)** です。☆給食費はすべて食材費です。ご理解ご協力をお願いします。

4月の給食目標 **給食の準備をきちんとしよう!**

目指せ! 給食マスター

給食当番のお仕事編

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

当番以外の準備編

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

給食の食べ方編

- よい姿勢で食べましょう
- 口をとじて、よくかんで食べましょう
- 立ち歩いたり、友達が嫌がる話をしたりするのはやめましょう
- 時間内に食べ終わるようにしましょう

後片付け編

- 食べ終わったら、席で静かに待ちましょう
- 食べ残しはそれぞれの食缶に戻しましょう
- 食器類は種類ごとにきちんと重ねてカゴに戻しましょう
- 協力して後片付けをしましょう

はし箱セット価格の改定のお知らせ

学校給食用のはし箱セットの価格を改定しました。ご理解をお願いします。令和5年4月1日以降の販売価格は以下の表の通りです。また、はし箱セットなどは市内の4か所で販売されています。なお、新入学児童に関しては、入学時にははし箱セットが配られます。

品名	価格
はし箱セット(①~④のセット)	830円
①はし箱のみ	420円
②はし	230円
③スプーン	90円
④フォーク	90円

- 【販売場所】
- ・市役所第2庁舎学校給食課
 - ・大井総合支所
 - ・なの花学校給食センター
 - ・あおぞら学校給食センター

令和5年度給食回数実施予定表

	◆小学校			◆中学校			
	月	日	回数	月	日	回数	
1学期	4月	13日~28日	12回	1学期 6/15 6/16 給食なし	4月	13日~28日	12回
	5月	1日~31日	20回		5月	1日~31日	20回
	6月	1日~30日	22回		6月	1日~30日	20回
	7月	1日~18日	11回		7月	1日~18日	11回
	小計		65回		小計		63回
2学期	8月	28日~31日	4回	2学期 9/21 9/22 給食なし	8月	28日~31日	4回
	9月	1日~30日	20回		9月	1日~30日	18回
	10月	1日~31日	21回		10月	1日~31日	21回
	11月	1日~30日	19回		11月	1日~30日	19回
	12月	1日~20日	14回		12月	1日~20日	14回
小計		78回	小計		76回		
3学期	1月	11日~31日	15回	3学期	1月	11日~31日	15回
	2月	1日~29日	19回		2月	1日~29日	19回
	3月	1日~19日	13回		3月	1日~22日	14回
	小計		47回		小計		48回
小学校の年間実施回数			190回	中学校の年間実施回数			187回

*小学1年生の給食開始は4月24日(月)からです。(5回)

*中学3年生の給食は3月13日(水)までです。(9回)

ご入学・ご進級おめでとうございます

学校給食は、子供達一人一人の成長を支えるために栄養のバランスを考え、旬の食材や地場産物を取り入れて作っています。また、安全安心な給食を提供できるように細心の注意をはらっています。今年度もよろしくお祈りします。

今月の地場産物 **ほうれんそう**

ふじみ野市 町長 大橋「ふじみん」