

4月 予定献立表

*牛乳は毎日つきます

* ○ は栄養強化米入りです

月	火	水	木	金
* は給食のない学校です。 (変更になっている場合があります。学校により等でもご確認ください。) * 太文字 は巨理町の食材を使用した献立です。 * はスプーンをつく献立です。			10 わかめごはん ぎょうざ カレー・マンボ 中華スープ 巨小1年・高小1年 エネルギー たんぱく質 脂質 塩分 599 20.0 17.1 2.7 720 22.6 17.9 3.3	11 ごはん 白身魚フライソースがけ 小松菜のごま和え すまし汁(豆腐) 巨小1年・高小1年 エネルギー たんぱく質 脂質 塩分 585 23.1 15.8 2.4 724 27.1 17.7 2.9
14 ごはん ソースハンバーグ ごぼうサラダ(きゅうり) わかめと白菜のみそ汁(豆腐・油揚げ・みそ) 巨小1年・高小1年 エネルギー たんぱく質 脂質 塩分 639 25.3 22.1 2.3 786 29.8 25.1 2.6	15 *入学・進級 ごはんお祝い献立* 麻婆豆腐(豆腐) もやしのナムル(きゅうり) お祝いいちごゼリー エネルギー たんぱく質 脂質 塩分 592 22.4 17.0 1.8 727 26.4 19.2 2.1	16 ココアパン 野菜コロッケソースがけ 枝豆とコーンのソテー ジュリエンスープ エネルギー たんぱく質 脂質 塩分 615 22.1 27.1 3.2 778 26.6 32.8 4.0	17 ごはん さばのみそ煮 おから炒り(おから) 沢煮焼(油揚げ) エネルギー たんぱく質 脂質 塩分 627 28.8 20.0 2.5 801 35.5 24.6 2.9	18 ごはん ボークカレー キャベツとハムのサラダ(きゅうり) 野菜ゼリー エネルギー たんぱく質 脂質 塩分 666 20.7 19.2 1.9 814 24.6 21.7 2.3
21 ごはん ツナそぼろ こくず キャベツと油揚げのみそ汁(豆腐・油揚げ・みそ) 逢小・高小 荒中3年 エネルギー たんぱく質 脂質 塩分 599 28.6 18.5 2.0 743 33.8 20.9 2.5	22 ごはん 春巻き チンジャオロースー 白菜とベーコンのスープ 荒中3年 エネルギー たんぱく質 脂質 塩分 594 20.5 18.1 2.2 753 24.1 21.5 2.7	23 セルフドッグ (背割りコッペパン ・ウイナースがけ) ポテトサラダ(きゅうり) ラビオリスープ 荒中3年 エネルギー たんぱく質 脂質 塩分 591 22.0 27.5 3.4 783 28.0 34.4 4.4	24 ごはん めばるの塩麹焼き ひじきの炒め煮 豚汁(豆腐・みそ) (中のみ) ヨーグルト 荒小・逢小 エネルギー たんぱく質 脂質 塩分 572 28.8 14.7 1.9 794 38.1 18.1 2.3	25 ごはん のりふりかけ キャベツメンチカツソースがけ 大根サラダ(きゅうり) うーめん汁(油揚げ) 巨小・荒中 エネルギー たんぱく質 脂質 塩分 644 22.7 19.4 2.7 816 27.1 22.8 3.2
28 セルフ豚丼 (ごはん・豚丼の具) 切干大根の炒り煮 じゃが芋とキャベツのみそ汁(みそ) 荒小・吉小・長小 巨中・吉中 エネルギー たんぱく質 脂質 塩分 584 25.1 14.7 2.7 726 29.6 16.4 3.2	29 昭和 昭和の日	30 豆乳食パン (いちごジャム) 鶏肉のマスタード焼き 海藻サラダ(きゅうり) ミネストローネ 巨中1年 エネルギー たんぱく質 脂質 塩分 610 30.9 24.8 2.9 786 36.2 30.6 3.8	月平均栄養価 小学校 (3・4年) 中学校 エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 脂 質 (g) 塩 分 (g) 608 24.4 19.7 2.5 768 29.3 23.1 3.0	

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 た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。





4月給食だより

令和 7 年 4 月
巨理町立学校給食センター

ご入学・ご進級おめでとうございます。色とりどりの花が咲き誇る中、希望に満ちあふれた新年度が始まりました。皆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、よろしくお願い致します。



学校給食について

学校給食の献立は、文部科学省が定める「学校給食摂取基準」に基づいて作成しています。「学校給食摂取基準」では 1 日に必要な栄養量の 1/3 程度を基本とし、日頃の食事で不足しがちなカルシウムや鉄、ビタミン類、食物繊維は多めにとれるよう基準が定められています。



巨理町の学校給食は



- 主食・・・ごはん（週 4 回）月・火・木・金 米は町内産「環境保全米（ひとめぼれ）」を使用し、毎週火曜日・金曜日は栄養強化米入りのごはんです。
パン（週 1 回）水 国産小麦 100% 使用のパンです。
- 牛乳・・・毎日提供しています。200cc の紙パック入りです。
- おかず・・・一汁二菜の組み合わせで「主菜」「副菜」「汁物」が基本です。果物やデザートがつくこともあります。地場産品を献立に取り入れ、季節の味を生かした献立を心がけながら、安全な食材選びと衛生に配慮し、調理しています。

栄養強化米について



栄養強化米は、玄米を精米することで失われるビタミン（ビタミン B1、ビタミン B2、ビタミン B6、ナイアシン、葉酸、パントテン酸）と鉄分を精白米にコーティングしたものです。精白米と混ぜて炊飯することで、不足しやすい栄養素の充足が期待できます。炊き上がりが黄色く見えることがありますが、ビタミン B2 によるものですので、味や品質には問題ありません。お子さんが安心して食べることができるように、家庭でもお話しくださいますようお願いいたします。

給食費：1 食あたり保護者負担額 小学校 287 円・中学校 336 円

※給食費は全て食材費に使っています。
物価上昇相当額分を公費で負担しています。

給食だより・ 予定献立表について

○4 月分給食費口座振替予定額（1 食単価×予定回数）

- ・巨理小学校（13 回）：3,731 円
- ・荒浜小学校（12 回）：3,444 円
- ・吉田小学校（13 回）：3,731 円
- ・長瀬小学校（13 回）：3,731 円
- ・逢隈小学校（12 回）：3,444 円
- ・高屋小学校（13 回）：3,731 円
- ・巨理中学校（13 回）：4,368 円
- ・荒浜中学校（13 回）：4,368 円
- ・吉田中学校（13 回）：4,368 円
- ・逢隈中学校（14 回）：4,704 円

※口座振替額は、各学校・学年で喫食回数により変わることがあります。

○4 月分口座振替日は、6 月 2 日（月）です。

口座残高をご確認いただき、不足の場合には前日までにご入金をお願いいたします。

町のホームページでも確認することができます。

（巨理町 HP 画面→子育て・教育→学校教育（小中学校）→令和 7 年度給食だより）

ご活用ください。

