

4がつのよていこんだてひょう

平成31年

新座市立石神小学校

日	曜	こんだてめい		I補給 - Kcal	たんぱく質 g	おもにからだをつくるしよくひん (ぎゅうにゅう・にく・さかな・まめ・かいそうなど)	おもにねつやちからになるしよくひん (こめ・パン・めん・さとう・あぶらなど)	おもにからだのちょうしをととのえるしよくひん (やさい・くだもの・きのこなど)	
		しよくひん	のみもの						
11	木	ちらしずし	ぎゅうにゅう	535	22.4	ぎゅうにゅう・あぶらあげ・たまご とりさきみにく・とうふ・こうやとうふ	こめ・しょうはくとう・でんぷん さんおんとう・こめぬかあぶら	ほししいたけ・かんぴょう・にんじんのり・ねぎ・こまつな・きよみオレシ	
12	金	きつねうどん	ぎゅうにゅう	609	28.6	ぎゅうにゅう・あぶらあげ・こんぶ たまご・ちくわ・あおりの(粉) チーズ	うどん(冷)・ごま こむぎこ・なたねあぶら さんおんとう・しょうはくとう	にんじん・こまつな・ねぎ もやし・ほうれんそう・しめじ	
15	月	キムチ チャーハン	ぎゅうにゅう	691	29.5	ぎゅうにゅう・ぶたももにく やきぶた・たまご・とりむねにく ヨーグルト	こめぬかあぶら・ごまあぶら はるさめ	はくさい・にら・にんじん・ほししいたけ たけのこ(みずい)・もやし・ねぎ こまつな	
16	火	スパゲッティ	ぎゅうにゅう	693	25.0	ぎゅうにゅう・ぶたひきにく だいず	スパゲッティ・こめぬかあぶら オリーブゆ・こむぎこ	たまねぎ・しょうが・にんにく にんじん・トマトピューレ・トマトケチャップ キャベツ・きゅうり・ホールコーン(缶)	
17	水	とりそぼろ どん	ぎゅうにゅう	691	30.1	ぎゅうにゅう・とりひきにく たまご・とうふ・ワカメ みそ・粉ゼラチン	こめ・むぎ・さんおんとう・ごま しょうはくとう・こめぬかあぶら	しょうが・にんじん・さやいんげん だいこん・ねぎ・りんごジュース かんてん(粉)・りんご(缶)	
18	木	ハチミツレ モントース	ぎゅうにゅう	714	21.5	ぎゅうにゅう・とりももにく なたねあぶら・生クリーム	しよくぱん・バター・はちみつ さんおんとう・こむぎこ・ごまあぶら グラニューとう・じゃがいも・こめぬか油	レモン(汁)・たまねぎ・にんじん きゃべつ・きりぼしだいこん きゅうり・ホールコーン(缶)	
19	金	むぎごはん	ぎゅうにゅう	618	26.4	ぎゅうにゅう・ぶたひきにく・とうふ	こめ・むぎ・こめぬか油・さんおんとう でんぷん・ごまあぶら・しょうはくとう ラー油・てんめんジャン	しょうが・にんにく・ほししいたけ ねぎ・にんじん・にら・もやし きりぼしだいこん・こまつな	
20	土	むぎごはん	ぎゅうにゅう	590	21.9	ぎゅうにゅう・ぶたもも肉 ツナ水煮	こめ・むぎ・こめぬかあぶら じゃがいも・こむぎこ	たまねぎ・しょうが・にんにく にんじん・きゃべつ・ホールコーン(缶) きゅうり	
22	月	振りかえ休日							
23	火	むぎごはん	ぎゅうにゅう	590	21.9	ぎゅうにゅう・サケ(フレーク) あおりの・ちりめんじゃこ ぶたももにく	こめ・むぎ・ごま・じゃがいも さんおんとう・こめぬかあぶら	いとこんにやく・にんじん・たまねぎ かぶ・きゅうり・さやいんげん	
24	水	こどもパン	ぎゅうにゅう	579	25.1	ぎゅうにゅう・ぶたひき肉・たまご ベーコン	こどもパン・パン粉・こめぬか油 アルファベットマカロニ さんおんとう	たまねぎ・きりぼしだいこん・きゃべつ にんにく・しょうが・にんじん ねぎ	
25	木	たけのこごはん	ぎゅうにゅう	578	27.5	ぎゅうにゅう・あぶらあげ かじきまぐろ・きざみのり とりももにく	こめ・でんぷん・なたねあぶら さんおんとう	たけのこ(水煮)・にんじん さやえんどう・しょうが・こまつな もやし・こねぎ	
26	金	むしちゅうかめん	ぎゅうにゅう	673	24.2	ぎゅうにゅう・赤みそ・ぶたひきにく	むしちゅうかめん・しらたまもち ごまあぶら・しょうはくとう	しょうが・にんにく・ねぎ・にら・もやし にんじん・きゃべつ・ホールコーン(缶) みかん(缶)・パイナップル(缶)・あまなつ(缶)・おとう(缶)	
☆食材の入荷状況により、急な献立変更や一部食材の変更が生じる 場合もありますのでご了承ください。				今月の栄養価平均		エネルギー	642kcal	たんぱく質 25.4g	
				文科省栄養基準量		エネルギー	650kcal	たんぱく質 26.8g	

一学期の給食予定

1学期 4月11日(木)～7月17日(水)
★1年生の給食開始は、4月16日(火)からです。

※2学期の給食開始は8月30日(金)からです。

給食費について

集金額 月額 4000円 (一食単価 税込み約240円)
税抜き221円となります。

※石神小は、毎月第一木曜日の集金日に集金袋で現金集金します。

★4月は始業式、入学式からの短い期間でスクールメールの登録が間に合わないため、

4月の給食集金日は5月分とあわせて5月16日(木)です。

くわしくは、後ほど家庭に配られる集金日と集金額のお知らせをご覧ください。

30年度も給食費の未納金がありませんでした。保護者の皆様のご理解、ご協力に感謝申し上げます。

毎週末に給食当番の配膳用給食衣を児童が持ちかえります。
翌月曜日に洗濯、アイロンがけして持たせてください。

今月の埼玉県産・新座市産の食材

米は埼玉県産、うどんは地粉使用、パンも一部埼玉県産小麦粉を使用しています。

1年生保護者の方へ...

**11日(木)・12日(金)15日(月)は
給食を食べないで、下校します。
ご家庭でお昼ご飯の用意を
おねがいします。**

今年度 給食室のスタッフを紹介します。

♡献立をたてるのは・・・栄養教諭：山崎です。

♠給食を調理するのは・・・

給食調理委託会社は、昨年度に引き続き、(株)東京ケータリングサービスです。

調理主任：深田

副主任：高野

調理担当：上野

調理補助：石川・岩崎・荒木
金子・諸岡・佐藤

どうぞ、よろしくお願い致します。

**入学・進級
おめでとうございます**



石神小では、給食の使用食材に
落花生・そばは使用していません。

食物アレルギーなどで
お子さんの体調や給食など、
心配な場合は、学校の担当
までお知らせください。

おいしいよ～♡



確認!

アレルギー食の
チェックは
念入りに!

