卵と卵を含む加工食品には★、牛乳･乳製品とそれらを含む加工食品には■の印をつけています。

第606号
加工食品について、その原材料をくわしくお知りになりたい方には「加工食品明細表」を配付しています。各校または給食センターまでお問い合わせください。

令和３年４月分

学校給食予定こんだて表

泉佐野市教育委員会
泉佐野市学校給食会

＊指導のめあて＊ 協力して給食の準備をしよう

給食日	献立名	食品名	分量	体を作るもと	エネルギーのもと	体の調子を整える
9日(金)	ぎゅうにゅう	■ぎゅうにゅう	206	○		
	ミニパン	ミニパン	40		○	
	あつぎりベーコンのイタリアンスパゲティ	カットスパゲティ	25		○	
		あつぎりベーコン	20	○		
		たまねぎ	40			○
		にんじん	20			○
		ピーマン	8			○
		ホールコーン	12			○
		セロリー	5			○
		ボイルトマト	12			○
		トマトケチャップ	7			
		ウスターソース	0.7			
		とんかつソース	+			
		うすくちしょうゆ	1.1			
		さとう	1.1		○	
		しお	0.2			
		こしょう	+			
		サラダあぶら(こめ)	+		○	
		とりがらスープ	2.5	○		
	キャベツのあえもの	とりささみフレーク	10	○		
		キャベツ	10			○
		もやし	12			○
		きゅうり	7			○
		うすくちしょうゆ	1.5			
		さとう	0.7		○	
		みりん	+			
12日(月)	ぎゅうにゅう	■ぎゅうにゅう	206	○		
	パン	パン	60		○	
	とりだんごのうまに	とりだんご	33	○		
		じゃがいも	30		○	
		たまねぎ	28			○
		だいこん	15			○
		もやし	10			○
		ちんげんさい	10			○
		グリンピース	5			○
		うすくちしょうゆ	2			
		さとう	0.3		○	
		しお	0.1			
		こしょう	+			
		とりがらスープ	2.5	○		
		ばれいしょでんぷん	1		○	
	にんじんしりしり	まぐろツナ	10	○		
		にんじん	20			○
		えだまめ	5			○
		こいくちしょうゆ	0.5			
		さとう	0.3		○	
		とりがらスープ	0.2	○		
		ごまあぶら	+		○	
13日(火)	ぎゅうにゅう	■ぎゅうにゅう	206	○		
	ごはん	せいはくまい	70		○	
	さわらのすじょうゆかけ	さわらきりみ	50	○		
		サラダあぶら(こめ)	+		○	
		あおねぎ	3			○
		こいくちしょうゆ	2			
		さとう	2		○	
		こめす	2			
	きりぼしだいこんのいために	きりぼしだいこん	3			○
		にんじん	6			○
		あぶらあげ	3	○		
		こまつな	10			○
		サラダあぶら(こめ)	+		○	
		こいくちしょうゆ	1.5			
		さとう	1		○	
		みりん	+			
		けずりぶし	+	○		
		だしこんぶ	+	○		
	さわにわん	ぶたにく	10	○		
		とうふ	8	○		
		だいこん	20			○
		はくさい	20			○
		しめじ	8			○
		うすくちしょうゆ	3			
		しお	0.1			
		けずりぶし	2	○		
		だしこんぶ	0.5	○		
14日(水)	ぎゅうにゅう	■ぎゅうにゅう	206	○		
	ミニたけのこごはん	せいはくまい	60		○	
		たけのこごはんのもと	17			○
	ごもくうどん	うどん	45		○	
		とりにく	15	○		
		かまぼこ	10	○		
		あぶらあげ	3	○		
		はくさい	10			○
		こまつな	8			○
		あおねぎ	5			○
		うすくちしょうゆ	4			
		こいくちしょうゆ	0.5			
		しお	0.1			
		みりん	+			
		けずりぶし	3	○		
		だしこんぶ	0.5	○		
	しんやさいのかきあげ	ひじき	0.3	○		
		ちくわ	8	○		
		しんじゃがいも	5		○	
		しんたまねぎ	5			○
		しんにんじん	5			○
		さんどまめ	5			○
		こむぎこ	7		○	
		ばれいしょでんぷん	1.5		○	
		しお	0.1			
		あげあぶら(こめ)	+		○	
	きゅうりとだいこんのさっぱりづけ	だいこん	18			○
		きゅうり	18			○
		こいくちしょうゆ	3.2			
		こめす	1.9			
		さとう	2.3		○	
15日(木)	ぎゅうにゅう	■ぎゅうにゅう	206	○		
	カレーライス（ぐはあとからのせます）	せいはくまい	70		○	
		ぐ：ぶたにく	24	○		
		じゃがいも	38		○	
		たまねぎ	40			○
		にんじん	20			○
		えだまめ	5			○
		セロリー	3			○
		サラダあぶら(こめ)	+		○	
		こめこのカレールウ	11			
		ボイルトマト	4			○
		かぼちゃペースト	8			○
		トマトケチャップ	2			
		ウスターソース	1.1			
		こいくちしょうゆ	1.1			
		にんにく	+			○
		しお	0.1			
		こしょう	+			
		とんこつスープ	2	○		
	こまつなとじゃこのあえもの	こまつな	22			○
		ちりめんじゃこ	5	○		
		あぶらあげ	3	○		
		こいくちしょうゆ	1.2			
		さとう	0.7		○	
		みりん	+			
	にゅうがくおいわいデザート	いちごゼリー	40		○	
16日(金)	ぎゅうにゅう	■ぎゅうにゅう	206	○		
	こくとうパン	こくとうパン	60		○	
	ハンバーグのケチャップソースかけ	ハンバーグ	50	○		
		サラダあぶら(こめ)	+		○	
		トマトケチャップ	3			
		ウスターソース	1			
		とんかつソース	1			
		さとう	0.3		○	
		あかワイン	+			
	はるやさいのソテー	カットウインナー	12	○		
		しんキャベツ	22			○
		しんたまねぎ	7			○
		しんにんじん	7			○
		さんどまめ	10			○
		サラダあぶら(こめ)	+		○	
		しお	0.1			
		こしょう	+			
	とうにゅうコーンスープ	とうにゅう	20	○		
		とりにく	10	○		
		じゃがいも	15		○	
		さつまいも	12		○	
		たまねぎ	20			○
		にんじん	6			○
		ホールコーン	10			○
		えだまめ	6			○
		クリームコーン	30			○
		サラダあぶら(こめ)	+		○	
		うすくちしょうゆ	2			
		しお	0.15			
		こしょう	+			
		とりがらスープ	2.5	○		
		ばれいしょでんぷん	0.2		○	
19日(月) 食育の日(高知県)	ぎゅうにゅう	■ぎゅうにゅう	206	○		
	パン	パン	60		○	
	かつおフライ	かつおフライ	40	○		
		あげあぶら(こめ)	+		○	
		とんかつソース	2			
		ウスターソース	3			
		トマトケチャップ	0.8			
		こいくちしょうゆ	1			
		さとう	2.3		○	
	とうふとにらのいためもの	とうふ	22	○		
		もやし	18			○
		こまつな	10			○
		にんじん	5			○
		にら	5			○
		サラダあぶら(こめ)	+		○	
		うすくちしょうゆ	+			
		さとう	+		○	
		りょうりしゅ	+			
		にんにく	+			○
		しお	0.1			
		こしょう	+			
		ばれいしょでんぷん	0.6		○	
	ポークスープ	ベーコン	8	○		
		キャベツ	20			○
		たまねぎ	10			○
		たけのこみずに	10			○
		ちんげんさい	10			○
		ホールコーン	5			○
		うすくちしょうゆ	4			
		しお	0.1			
		こしょう	+			
		とんこつスープ	1.5	○		
		とんこつパイタンスープ	1.5	○		
20日(火)	ぎゅうにゅう	■ぎゅうにゅう	206	○		
	ごはん	せいはくまい	70		○	
	ぶたにくのしょうがやき	ぶたにく	24	○		
		たまねぎ	25			○
		キャベツ	15			○
		つちしょうが	0.5			○
		サラダあぶら(こめ)	+		○	
		こいくちしょうゆ	2			
		さとう	1		○	
		りょうりしゅ	+			
		みりん	+			
		しお	+			
		こしょう	+			
		ばれいしょでんぷん	0.6		○	
	ちゅうかあえ	まぐろツナ	8	○		
		もやし	13			○
		きゅうり	8			○
		にんじん	6			○
		たいねつかんてん	0.5	○		
		こいくちしょうゆ	2			
		さとう	1		○	
		こめす	0.7			
		みりん	+			
		ごまあぶら	+		○	
	かぼちゃのみそしる	かぼちゃ	22			○
		だいこん	10	○		
		つきこんにゃく	7	○		
		あぶらあげ	3	○		
		こまつな	15			○
		あおねぎ	5			○
		あかみそ	7	○		
		しろみそ	1	○		
		けずりぶし	2	○		
		だしこんぶ	0.5	○		
21日(水)	ぎゅうにゅう	■ぎゅうにゅう	206	○		
	ごはん	せいはくまい	70		○	
	あつあげマーボー	とうふ	30	○		
		あつあげ	40	○		
		ぶたひきにく	10	○		
		とりひきにく	15	○		
		はくさい	20			○
		たまねぎ	20			○
		にんじん	10			○
		にら	5			○
		つちしょうが	0.5			○
		にんにく	+			○
		サラダあぶら(こめ)	+		○	
		あかみそ	6	○		
		こいくちしょうゆ	0.5			
		さとう	0.3		○	
		しお	0.1			
		こしょう	+			
		みりん	+			
		りょうりしゅ	+			
		オイスターソース	0.3			
		とりがらスープ	2.5	○		
	バンサンスー	りょくとうはるさめ	3.5		○	
		ボンレスハム	8	○		
		きゅうり	10			○
		にんじん	6			○
		こめす	3			
		さとう	1.9		○	
		しお	+			
		こしょう	+			
22日(木)	ぎゅうにゅう	■ぎゅうにゅう	206	○		
	ごはん	せいはくまい	70		○	
	こうやどうふとふきのにもの	こうやどうふ	7	○		
		とりにく	15	○		
		ぼうてんぷら	15	○		
		つきこんにゃく	8		○	
		たまねぎ	45			○
		にんじん	12			○
		ふきみずに	5			○
		うすくちしょうゆ	4			
		こいくちしょうゆ	1			
		さとう	3		○	
		りょうりしゅ	+			
		みりん	+			
		けずりぶし	1	○		
	あじのやさいあんかけ	あじきりみ	50	○		
		サラダあぶら(こめ)	+		○	
		はくさい	5			○
		だいこん	2			○
		えのきたけ	3			○
		ちんげんさい	3			○
		こいくちしょうゆ	2			
		さとう	1		○	
		りょうりしゅ	+			
		みりん	+			
		ばれいしょでんぷん	0.3		○	
	ふりかけ	おかかふりかけ	2	○		
23日(金)	ぎゅうにゅう	■ぎゅうにゅう	206	○		
	アップルパン	アップルパン	60		○	
	かぼちゃコロッケ	かぼちゃコロッケ	55		○	
		あげあぶら(こめ)	+		○	
	ウインナーとキャベツのカレーソテー	カットウインナー	12	○		
		キャベツ	22			○
		ホールコーン	5			○
		ピーマン	5			○
		にんじん	5			○
		サラダあぶら(こめ)	+		○	
		しお	0.1			
		こしょう	+			
		カレーこ	+			
	しおレモンスープ	とりにく	10	○		
		とうふ	15	○		
		だいこん	15			○
		もやし	10			○
		ちんげんさい	7			○
		にんじん	5			○
		あおねぎ	3			○
		レモン	0.02			○
		うすくちしょうゆ	4			
		しお	0.1			
		こしょう	+			
		とりがらスープ	2	○		
26日(月)	ぎゅうにゅう	■ぎゅうにゅう	206	○		
	パン	パン	60		○	
	ミートボールシチュー	ミートボール	35	○		
		じゃがいも	20		○	
		たまねぎ	30			○
		にんじん	15			○
		しめじ	5			○
		えだまめ	5			○
		サラダあぶら(こめ)	+		○	
		デミグラスソース	2			
		ハヤシルウ	10			
		ボイルトマト	4			○
		トマトケチャップ	2			
		ウスターソース	0.7			
		こいくちしょうゆ	0.5			
		しお	0.1			
		こしょう	+			
		とりがらスープ	2.5	○		
	かいそうサラダ	とりささみフレーク	7	○		
		ほしわかめ	0.5	○		
		たいねつかんてん	0.5	○		
		きゅうり	12			○
		こうみしおドレッシング（クラス１ぽん）（大木小･佐野台小･第三小はひとりひとふくろ）	8		○	

※献立写真とコメントを市役所ホームページから見ることができます。

人権標語	やさしさは　人にとっての　宝物	長坂小学校児童の作品

給食日	献立名	食品名	分量	体を作るもと	エネルギーのもと	体の調子を整える
27日(火)	ぎゅうにゅう	■ぎゅうにゅう	206	○		
	ごはん	せいはくまい	70		○	
	あげどりのてりやきソースかけ	とりにくのからあげ(でんぷんつき)	54	○		
		あげあぶら(こめ)	+		○	
		こいくちしょうゆ	2			
		さとう	1		○	
		みりん	+			
		りょうりしゅ	+			
	やさいのそぼろいため	ぶたひきにく	10	○		
		にんにく	+			○
		つちしょうが	0.1			○
		キャベツ	35			○
		ピーマン	10			○
		にんじん	5			○
		サラダあぶら(こめ)	+		○	
		こいくちしょうゆ	0.5			
		あかみそ	2	○		
		さとう	0.4		○	
		しお	+			
		こしょう	+			
		ばれいしょでんぷん	0.1		○	
	はるやさいのすましじる	しんたまねぎ	15			○
		しんじゃがいも	15		○	
		えのきたけ	10			○
		しんにんじん	10			○
		とうふ	8	○		
		あおねぎ	5			○
		うすくちしょうゆ	4			
		しお	0.1			
		けずりぶし	2	○		
		だしこんぶ	0.5	○		
28日(水)	ぎゅうにゅう	■ぎゅうにゅう	206	○		
	ごはん	せいはくまい	70		○	
	にくじゃが	ぶたにく	24	○		
		じゃがいも	38		○	
		つきこんにゃく	10		○	
		ぼうてんぷら	10	○		
		たまねぎ	40			○
		にんじん	14			○
		グリンピース	5			○
		こいくちしょうゆ	1.9			
		うすくちしょうゆ	1.9			
		さとう	2.6		○	
		みりん	+			
		りょうりしゅ	+			
		けずりぶし	2	○		
	きゅうりとわかめのすのもの	きゅうり	18			○
		ほしわかめ	0.5	○		
		ちりめんじゃこ	2	○		
		うすくちしょうゆ	1.6			
		さとう	1.6		○	
		こめず	1.8			
		みりん	+			
30日(金)	ぎゅうにゅう	■ぎゅうにゅう	206	○		
	パン	パン	60		○	
	しろみざかなフライ	ホキフライ	50	○		
		あげあぶら(こめ)	+		○	
		とんかつソース	4			
		トマトケチャップ	0.5			
		ウスターソース	3.5			
		さとう	0.5		○	
		あかワイン	+			
	カラフルソテー	カットウインナー	8	○		
		ちんげんさい	15			○
		ホールコーン	7			○
		あかピーマン	5			○
		きいろピーマン	5			○
		しめじ	5			○
		しお	0.1			
		こしょう	+			
		サラダあぶら(こめ)	+		○	
	ミネストローネ	むしだいず	10	○		
		ベーコン	7	○		
		おしむぎ(おおむぎ)	3		○	
		じゃがいも	15		○	
		たまねぎ	30			○
		キャベツ	25			○
		にんじん	10			○
		かぼちゃ	10			○
		パセリ	0.25			○
		セロリー	5			○
		サラダあぶら(こめ)	+		○	
		ボイルトマト	15			○
		トマトケチャップ	10			
		ウスターソース	3			
		うすくちしょうゆ	0.5			
		さとう	0.7		○	
		しお	0.2			
		こしょう	+			
		とりがらスープ	2.5	○		

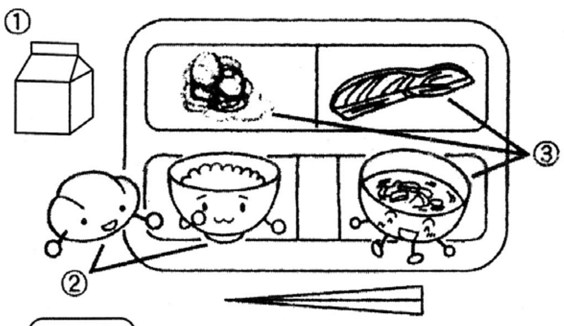
泉佐野市の学校給食

献立表

献立表を毎月配付します。必ず目を通していただき、ご家庭の献立や食生活の参考にご活用ください。

給食の内容について

牛乳＋主食＋副食3～4品
(フルーツやデザートがつくこともあります)



①牛乳 毎日1本つきます。
牛乳は成長に欠かせないカルシウムやたんぱく質が豊富です。

②主食 パンまたはご飯のどちらかになります。
- 1週間のうち
  - ご飯が週3回　火・水・木曜日
  - パンが週2回　月・金曜日

  となっています。
- 色々な種類のパンや混ぜご飯がでることもあります。パンやご飯にジャムやふりかけがつくこともあります。
- 各パンに使われている原材料は下の表の通りです。

③副食 毎日3～4品つきます。
- 焼物、揚物、煮物、汁物、和え物など様々なものを組み合わせています。
- 野菜や魚など、子どもが苦手としやすいものも、子どもが食べやすい切り方や味付けなどを工夫し、食べやすいように考えてとり入れています。
- 旬の食材の使用や行事食により、季節を感じられるようにしています。

種類	原材料
パン うずまきパン 食パン	小麦粉、砂糖、食塩、イースト、ショートニング
黒糖パン	小麦粉、砂糖、食塩、イースト、ショートニング、黒糖液
オリーブナン	小麦粉、砂糖、食塩、イースト、ショートニング、オリーブ油
ココアパン(食パン)	小麦粉、砂糖、食塩、ココアパウダー、イースト、ショートニング、イーストフード
アップルパン	小麦粉、砂糖、食塩、イースト、ショートニング、ドライアップル
さつまいもパン	小麦粉、砂糖、食塩、イースト、ショートニング、さつま芋ダイス、さつま芋ペースト

※当市の給食のパンには乳製品・卵は入っていませんが、工場内では乳製品・卵の入ったパンを同一ラインで製造しています。

給食費について

※令和３年度分は無償です。
新型コロナウイルス感染症対策として、令和３年度分の泉佐野市立小学校の給食費は、令和３年４月分から令和４年３月分まで請求はありません。

栄養価について

- 基本的には1日の⅓がとれるように基準が決められています。
- 不足しやすいもの(カルシウム等)は⅓より多い基準が決められています。
- 献立表にのっている分量や基準値は中学年(3･4年生)のものです。他の学年は主食や副食の量を調整することで、学年にあった栄養量をとれるようにしています。
  ※低学年(1･2年生)は中学年より1割少なく、高学年(5･6年生)は中学年より1割多くしています。

食材の安全性について

- 生野菜や果物、生肉類は国産のものを使用しています。
- コロッケやハンバーグなど既製の食材、ハム、ベーコン、かまぼこなどは不必要な添加物の入っていないものを使用しています。
- だしはセンターでとり、化学調味料は使用していません。
- 安全性に不安のある食材は使用しないようにしています。
- できる限り手づくりを心がけクリームシチューなどの時のホワイトルウはセンターで一から作っています。

アレルギー対応について

- アレルギーで牛乳を飲めない児童は牛乳を、パンを食べられない児童はパンの提供を中止しています。(申請書類等必要)
- 卵、乳製品を含むつきものやデザート(ヨーグルト等)について、可能な限り代替品を提供しています。(申請書類等必要)
  ㊎ヨーグルト→ゼリー

	エネルギー(Kcal)	蛋白質(%)	脂肪(%)	カルシウム(mg)	マグネシウム(mg)	鉄(mg)	ビタミンA(μgRE)	ビタミンB1(mg)	ビタミンB2(mg)	ビタミンC(mg)	食物せんい(g)
文部科学省基準量	650	摂取エネルギー全体の13～20%	摂取エネルギー全体の20～30%	350	50	3.0	200	0.40	0.40	25	4.5
4月分平均栄養量	607	15.6	29.5	305	56	3.6	138	0.60	0.47	20	3.4

～保護者の方へ～
●食べ残した食品については、家庭には持ち帰ることは出来ません。衛生上すべて学校又は給食センターで処分させていただきます。
●給食について、不明な点、不安や疑問に思っている点などがありましたら給食センター栄養士までお問い合わせ下さい。
TEL：072-463-6234　FAX：072-463-6867　E-mail：kyusyoku@city.izumisano.lg.jp