

\*すべての献立に、ミルクがつかます。 \*栄養価は左からエネルギー(kcal)、たんぱく質(g)、脂質(g)の順に記載しています。

\*献立は、やむを得ない事情により変更することがあります。

日・曜日	11日(水)	12日(木)	13日(金)	16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)	23日(月)	24日(火)	25日(水)
献立名	食パン 鶏肉のアップルソース焼き ポテトクリームスープ バター	米飯 白身魚のから揚げ 五目汁 梅干し	米飯 マーボ丼 春雨スープ	たけのこごはん さわらとアスパラガスのチーズ焼き 春キャベツのみそ汁	米飯 焼肉サラダ カレースープ つぼ漬	コッペパン チーズオムレツ コンソメスープ 手作りいちごジャム	米飯 納豆のかき揚げ すまし汁 わかめふりかけ	米飯 えび入り八宝菜 生揚げのしょうががじょうゆ焼き しば漬	豆ごはん さわらの塩レモングリル焼き 豚汁	米飯 ポークチャップ 米粉パスタスープ さかなふりかけ	黒糖パン 鶏肉のから揚げ ソーセージのポトフ
材料名および使用量(g)	食パン 1こ 黄 鶏肉 50 赤 りんごピューレ 6 緑 砂糖 0.8 黄 しょうゆ 2 黄 塩 0.15 こしょう 0.01 ベーコン 5 赤 じゃがいも 40 黄 たまねぎ 30 緑 にんじん 10 緑 クリームコーン(缶) 10 緑 チンゲンサイ 5 緑 牛乳(調理用) 20 赤 ブイヨン(缶) 4 赤 水 100 塩 0.7 こしょう 0.02 でんぷん 1 黄 バター 1こ 黄	米 90 黄 水 126 ホキ 1切 赤 酒 0.3 塩 6 黄 でんぷん 4 黄 生揚げ 15 赤 にんじん 10 緑 たまねぎ 15 緑 だいこん 10 緑 じゃがいも 20 黄 キャベツ 15 緑 菜ねぎ 5 緑 けずり節 1 赤 だし昆布 1 赤 しょうゆ 1 赤 塩 0.6 水 120 梅干し 1こ 緑	米 90 黄 水 126 豚肉 15 赤 にんにく 0.2 緑 しょうが 0.2 緑 たまねぎ 10 緑 チンゲンサイ 10 緑 豆腐(冷) 35 赤 油 1 黄 ガラスープ 1 黄 でんぷん 1 黄 水 10 信州みそ 2 赤 赤みそ 1 赤 砂糖 2 赤 しょうゆ 2 赤 酒 1 赤 トウバンジャン 0.1 黄 はるさめ 4 黄 牛肉 10 赤 えのきだけ 10 赤 にんじん 10 緑 たまねぎ 25 緑 菜ねぎ 5 緑 塩 0.6 こしょう 0.02 しょうゆ 1 赤 しょうゆ 4 赤 ガラスープ 1 赤 水 120	米 81 黄 水 126 だし昆布 0.3 緑 にんじん 5 緑 しょうゆ 1 緑 塩 0.8 さわら 20 赤 グリーンアスパラガス 5 緑 たまねぎ 15 緑 じゃがいも 30 黄 にんじん 10 緑 白ごま 1 黄 砂糖 0.5 黄 レモン果汁 1 黄 酢 0.2 塩 0.2 生揚げ 15 赤 新キャベツ 20 赤 たまねぎ 20 赤 じゃがいも 15 黄 にんじん 10 緑 エリンギ 10 緑 こまつな 10 緑 ブイヨン(缶) 4 赤 水 120 塩 0.6 カレー粉 0.3 つぼ漬 10 緑	米 90 黄 水 126 コッペパン 1こ 黄 卵 25 赤 ウィンナーソーセージ 8 赤 たまねぎ 20 緑 ピーマン(青) 5 黄 生クリーム 5 黄 塩 0.2 こしょう 0.01 黄 油 1 黄 粉チーズ 2.5 赤 トマトケチャップ 5 鶏肉 10 赤 じゃがいも 20 黄 たまねぎ 25 緑 キャベツ 15 緑 にんじん 10 緑 パセリ 0.5 緑 ブイヨン(缶) 4 赤 水 120 塩 0.6 こしょう 0.02 いちご 20 緑 砂糖 3 黄 レモン果汁 0.2 緑	米 90 黄 水 126 納豆 5 赤 ちりめんじゃこ 5 赤 たまねぎ 25 緑 にんじん 10 緑 上新粉 12 黄 水 3 塩 0.2 油 5 黄 かまぼこ 5 赤 たまねぎ 20 緑 はくさい 20 緑 にんじん 10 緑 えのきだけ 8 緑 根深ねぎ 10 緑 だし昆布 0.5 赤 けずり節 1 赤 水 120 塩 0.6 しょうゆ 1 赤 わかめふりかけ 1袋	米 90 黄 水 126 豚肉 15 赤 むきえび 15 赤 チンゲンサイ 10 緑 たまねぎ 25 緑 キャベツ 20 緑 にんじん 10 緑 たけのこ(水煮) 10 黄 でんぷん 1 黄 ガラスープ 4 黄 油 1 黄 酒 0.5 こしょう 0.01 塩 0.5 水 100 生揚げ 50 赤 しょうが 1 緑 菜ねぎ 3 緑 しょうゆ 2 赤 しば漬 10 緑	米 90 黄 水 126 塩 10 緑 酒 0.8 さわら 1切 赤 塩 0.2 レモン果汁 3 緑 油 1 黄 豚肉 15 赤 さつまいも 15 黄 たまねぎ 20 緑 にんじん 10 緑 ささがきごぼう 10 緑 新キャベツ 15 緑 こまつな 5 赤 赤みそ 5 赤 信州みそ 4 赤 梅干し 3 水 120 米粉平麺(太) 8 黄 鶏肉 12 赤 にんじん 10 緑 たまねぎ 20 緑 ホールコーン 10 緑 はくさい 15 緑 ほうれんそう 10 緑 ブイヨン(缶) 4 赤 水 120 塩 0.6 こしょう 0.02 さかなふりかけ 1袋	うすまき黒糖パン 1こ 黄 鶏肉 55 赤 塩 0.6 こしょう 0.01 緑 にんにく 0.1 緑 でんぷん 4 黄 油 5 黄 ウィンナーソーセージ 8 赤 じゃがいも 30 黄 新キャベツ 30 緑 たまねぎ 30 緑 にんじん 10 緑 グリーンアスパラガス 8 緑 ブイヨン(缶) 4 赤 水 100 塩 0.6 こしょう 0.02		
栄養価	低学年 640 26.6 24.3 中学年 693 29.0 25.5 高学年 746 31.3 26.7	低学年 561 20.8 14.3 中学年 608 21.7 15.0 高学年 655 22.6 15.7	低学年 556 20.1 14.1 中学年 606 21.6 14.8 高学年 657 23.2 15.5	低学年 555 20.6 16.2 中学年 605 22.2 17.1 高学年 655 23.8 18.0	低学年 552 18.7 13.7 中学年 602 20.1 14.3 高学年 652 21.4 15.0	低学年 599 23.4 21.6 中学年 654 25.3 23.2 高学年 710 27.3 24.8	低学年 564 16.9 14.3 中学年 614 18.0 15.0 高学年 665 19.2 15.7	低学年 565 23.3 16.1 中学年 617 25.2 17.0 高学年 668 27.1 18.0	低学年 592 25.0 15.3 中学年 639 26.2 15.7 高学年 685 27.4 16.2	低学年 599 25.2 14.8 中学年 645 26.3 15.1 高学年 691 27.3 15.4	低学年 635 27.6 22.2 中学年 695 30.1 23.9 高学年 754 32.5 25.5


日・曜日	26日(木)	27日(金)
献立名	米飯 米粉カレー フルーツカクテル 福神漬	ツナピラフ グリーンミルクポターージュ キャベツのサラダ
材料名および使用量(g)	米 90 黄 水 126 牛肉 18 赤 じゃがいも 40 黄 たまねぎ 45 緑 にんじん 10 緑 さやいんげん 5 緑 ホールコーン 10 緑 こまつな 5 緑 にんにく 0.3 緑 しょうが 0.3 緑 塩 0.7 黄 油 0.5 黄 カレー粉 0.7 黄 ブイヨン(缶) 5 トマトケチャップ 6 ウスターソース 3 しょうゆ 3 りんごピューレ 5 緑 上新粉 4 黄 水 60 りんご(缶) 25 緑 白桃(缶) 25 緑 福神漬 10 緑	米 81 黄 水 126 まぐろ油漬 8 赤 たまねぎ 8 緑 にんじん 5 緑 ホールコーン 5 緑 塩 1.2 こしょう 0.01 黄 油 1 黄 鶏肉 15 赤 じゃがいも 40 黄 たまねぎ 30 黄 にんじん 10 緑 むきえんどう 10 緑 えんどうまめ(さや付き) 10 緑 バター 1 赤 牛乳(調理用) 15 赤 生クリーム 5 黄 ブイヨン(缶) 4 赤 水 100 塩 0.7 こしょう 0.02 黄 でんぷん 1 黄 新キャベツ 15 緑 切り干し大根 2 緑 ロースハム 4 赤 きゅうり 20 緑 にんじん 10 緑 油 2 黄 酢 1 黄 砂糖 0.5 黄 塩 0.2 こしょう 0.01
栄養価	低学年 608 17.5 12.5 中学年 664 18.8 13.0 高学年 720 20.0 13.5	低学年 586 19.3 17.5 中学年 639 20.7 18.6 高学年 692 22.2 19.7

◎材料は、黄・赤・緑の3つのグループに分けています。黄はおもにエネルギーのもとになる食品(穀類、いも類、油脂類、種実類など)、赤はおもに体をつくるもとになる食品(肉類、魚介類、卵類、大豆製品、乳製品、海藻など)、緑はおもに体の調子を整えるもとになる食品(野菜、きのこ類、果物など)です。  
◎栄養価は、上段が低学年(1・2年生)、中段が中学年(3・4年生)、下段が高学年(5・6年生)です。

1ヶ月 平均								
エネルギー	たん白質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミン			
					A	B1	B2	C
(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	(μgRE)	(mg)	(mg)	(mg)
586	21.9	16.7	311	1.8	200	0.40	0.52	22
637	23.5	17.6	320	2.0	213	0.44	0.54	24
688	25.0	18.4	328	2.2	226	0.47	0.57	26

★箕面市内でとれる農産物をしょうかいします★

みなさんが食べている給食には、箕面市内の田んぼや畑でとれた農産物が使われていますよ。今年も毎月少しずつ箕面産の作物をしょうかいしていきます。みなさんの住んでいる地域の田畑でとれたものがあるかもしれませんね。おたのしみに!



～昨年5月の農業公社の畑より～

市内の6年生が考えた給食メニュー 4月の採用こん立をお知らせします

6年生が給食のこん立づくりにチャレンジ!今月は2つのこん立が登場します。楽しみにしててくださいね。(給食に合うように内容を一部変更している場合もあります。ご了承ください。)

美し日	給食のこん立名	考えた人の学校名
16日(月)	たけのこごはん・さわらとアスパラガスのチーズ焼き・春キャベツのみそ汁	とどろみの森学園
23日(月)	豆ごはん・さわらの塩レモングリル焼き・豚汁	彩都の丘学園

調理法 4月のこん立より

★さわらとアスパラガスのチーズ焼き(16日のこん立)

- ① さわらは角切り、グリーンアスパラガスはななめ切りにしてゆでておく。
- ② たまねぎは色紙切り、にんじんはいちょう切り、じゃがいもは厚めのいちょう切りにして固めにゆでておく。
- ③ にんじん・たまねぎをいため、じゃがいもを加えて、塩・こしょうで軽く調味する。
- ④ オープンの天板にさわらといためた材料とグリーンアスパラガスを合わせて広げ、上からマヨネーズ風ドレッシングをかけ、粉チーズをふる。
- ⑤ オープンでこんがり焼く

# 箕面市の学校給食について

給食は4月11日(水)から始まります。小学校1年生は4月25日(水)からです。  
年度初めにあって、箕面市の学校給食の内容等を紹介します。

## ★実施目的★

学校給食は、栄養のバランスがとれた食事を友達や先生と一緒に食べるという心のふれあいの中で、児童・生徒の健康や体位の向上を図ろうとするものです。また、児童・生徒の食に関する正しい理解と適切な判断力を養う上で重要な役割を果たすものでもあり、教育の一環として実施しています。

## ★実施概要★

- 小学校・小中一貫校・中学校の全20校で完全給食(主食+副食+牛乳)を実施しています。  
学校給食には必ず牛乳がつきます。これは、学校給食法で定められています。また、成長期にある児童にとってカルシウムを十分に摂取するためにも、牛乳は欠かせません。
- 給食は、各学校の給食室で作っています。
- 主食は米飯が週4回(月・火・木・金曜日)、パンが週1回(水曜日)です。主食と副食の量は、低学年(1・2年生)、中学年(3・4年生)、高学年(5・6年生)で異なります。
- 食材は全校で同じものを使用しています。



## ★特色★

- 「箕面産」の米や野菜をできるだけ多く使い、地産地消をすすめています。  
箕面市では、市内の農家や農業公社が育てた箕面産の米や野菜を給食材料として取り入れています。生産者が直接学校の給食室に届けてくださるので、新鮮で安全安心です。子ども達が給食を通して食べものの成り立ちを知り、食べものや生産者への感謝の気持ちを持てるように「箕面産」の情報提供や顔の見える関係作りを行っています。
- 食器は磁器食器を使用しています。



## ★献立★

- 「旬」を大切にしています。
  - 味も栄養価も安全性も一番すぐれた「旬」の野菜や果物を使用するようにしています。
  - 箕面産の野菜をなるべく多く献立に取り入れるため、野菜の収穫状況によって急遽献立を変更することがあります。
- 栄養のバランスが取れています。
- 伝統食や行事食、外国の食文化に触れるような献立も取り入れています。
- 調理加工済食品の使用は、極力控えています。

## ★材料★

- 新鮮で安価で、良質なものを選んでいきます。
- 野菜は、箕面市内で収穫されるものを優先的に使用しています。
- 生鮮野菜や果物、肉類は、国内産のものを使用しています。
- 食品添加物の少ないものを選んでいきます。



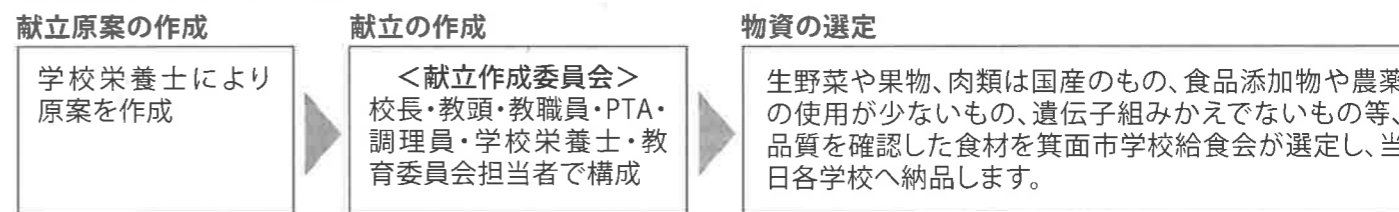
## ★食物アレルギー等の対応★

- 食物アレルギー等で食べられない食品がある児童・生徒には、次のような対応をしています。
  - 卵・牛乳・小麦・えび・大豆・ごま・大麦・いか・たこ の9品目とその加工品については、それらを除去した「除去おかず」を提供しています。
  - これ以外の食品が食べられない場合は、その食品を含むおかずは提供できません。
- 食物アレルギーがあってもなるべく同じ給食が食べられるように献立を考えています。
  - 多くの子どもに共通するアレルギー食品(卵・牛乳・小麦・えび)を使う回数を減らしていきます。
  - 下記の食品は、給食で使用しません。  
そば、落花生、かに、アーモンド、くるみ、カシュナッツ、ココナッツ、キウイフルーツ、ししゃも、きびなご、わかさぎ、たらこ、いくら、あわび、貝柱、まつたけ、ひやむぎ、バナナ、メロン、猪肉、あさり

## ★衛生管理★

給食の材料は、生鮮物や冷凍食品等は当日納品を原則とし、納品時の温度チェックや産地確認等、細かい検収を行っています。暑い時期には、卵やもやしなど傷みやすい食品の使用は控えています。また、加熱調理を原則とし、できるだけ喫食直前に配膳しています。

## ★給食ができるまで★



## ★給食費と年間実施予定回数★

給食の年間実施予定回数は187回(小学校1年生は177回)です。給食回数は月毎に違いますが毎月同額を徴収し、年度末で調整して年間で実施回数分の給食費を支払っていただきます。徴収する給食費は給食の食材費のみで、給食実施に必要な設備費や人件費などは、全て市が負担しています。

	給食費	
	月額	1食単価
小学校低学年(1・2年生)	3,553円	209円
小学校中学年(3・4年生)	3,621円	213円
小学校高学年(5・6年生)	3,672円	216円

\*以下のような場合は、担任の先生に連絡をお願いします\*

- 5日以上欠食する  
→給食を止めることができます。ただし、調整に2日かかります。
- 食物アレルギー等で主食(米飯・パン)、牛乳等を欠食しなければならない  
→給食費の減額ができます。

