

令和4年



4がつ よていこんだてひょう



日野市立豊田小学校

日	曜日	こんだてめい		牛乳	使用食品とその働き			エネルギー (Kcal) たんぱく質 (g)	一口メモ
		しゅしょく	しゅさい・ふくさい デザート		血や肉や骨になる	熱や力になる	体の調子を整える		
					赤い仲間	黄色の仲間	緑の仲間		
11	月	こだいの せきはん	ししやものからあげ ちくぜんに すましじる		牛乳 ししやも 鶏肉 豆腐 わかめ	米 黒米 ごま 植物油 じゃがいも こんにやく 砂糖 ふ 片栗粉	しょうが ごぼう えのきたけ にんじん ねぎ いんげん	574 21.0	給食室が新しくな りました。 ガラス越しに給食 室を見ることがで きます。食べるだ けでなく、作る様 子も楽しんでもら えます。
12	火	ポークビーンズ ライス	こまつなとひじきのサラダ みかんかん		牛乳 大豆 豚肉 チーズ ベーコン 生クリーム ひじき	米 バター 植物油 砂糖 じゃがいも 春雨 小麦粉 ごま油	にんじん たまねぎ トマト きゅうり こまつな みかん グリンピース	645 21.0	
13	水	はるごぼうの まぜごはん	さわらのしおこうじやき ごまあえ にまめ		牛乳 さわら 鶏肉 金時豆	米 植物油 砂糖 ごま	ごぼう しいたけ にんじん 白菜 ほうれん草 もやし	556 25.6	
14	木	わかめごはん	とりにくのからあげ キャベツのおひたし かきたまじる		牛乳 ちりめんじゃこ わかめ 鶏肉 かつお節 豆腐 卵	米 ごま 片栗粉 上新粉 植物油	にんじん しょうが キャベツ えのきたけ ねぎ こまつな	531 25.8	
15	金	スパゲッティ ミートソース	コロコロサラダ わかくさケーキ		牛乳 豚肉 ひよこ豆 チーズ 卵	スパゲッティ オリーブ油 植物油 ごま ごま油 小麦粉 バター 砂糖	にんにく しょうが たまねぎ にんじん マッシュルーム トマト だいこん きゅうり コーン	702 25.9	
18	月	まーぼーどん	やさいのナムル みかんかん		牛乳 みそ 豆腐 豚肉	米 植物油 砂糖 ごま ごま油 片栗粉	にんにく しょうが にんじん たけのこ ねぎ しいたけ もやし ほうれん草 みかん	558 22.0	14日(木) 1年生給食開始 人気メニューに、 しばらく、食べや すい献立を多くし ています。 19日(火) 食育の日 毎月19日は食育 の日。季節感の ある和食にしてい ます。「主食は左 側、汁物は右側」 の和食の配膳と 共に、「箸の持ち 方」も気を付けま しょう。
19	火	たけのこ ごはん	さかなのあげに しらたきのぴりからいため はるキャベツのみそしる		牛乳 油揚げ メルルーサ 豚肉 わかめ みそ	米 植物油 上新粉 片栗粉 砂糖 ごま油 白滝 じゃがいも	たけのこ にんじん キャベツ	524 25.2	
20	水	ツナサンド パン	はるやさいのスープに いちご		牛乳 豚肉 ツナ ベーコン チーズ	パン マヨネーズ じゃがいも 植物油	たまねぎ かぶ かぶの葉 にんじん セロリー いちご	572 23.7	
21	木	ジャンバラヤ	はっぼうどうふ しょうがきゅうり		牛乳 豚肉 ベーコン 豆腐 ひよこ豆 えび いか	米 植物油 ごま油 砂糖 片栗粉	たまねぎ マッシュルーム にんじん にんにく しょうが たけのこ しいたけ キャベツ チンゲンツアイ ピーマン	515 24.8	
22	金	ごはん	さばのみそに にくじゃが		牛乳 さば みそ 豚肉	米 砂糖 植物油 白滝 じゃがいも	しょうが にんにく たまねぎ いんげん	626 28.0	
25	月	ひよこまめの チキンカレー	にんじんドレッシングサラダ いちご		牛乳 豚肉 ひよこ豆	米 バター 植物油 小麦粉 砂糖	にんにく しょうが セロリー たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり コーン いちご マッシュルーム	608 21.0	世界の料理 日本の郷土食 様々な地域の食 文化を知らせるた めに世界の 国々、日本の郷 土食を作ります。 21日は、アメリカ 料理の「ジャンバ ラヤ」27日は、愛 知県の「みそ煮込 みうどん」 です。
26	火	こざかなふりかけ ごはん	ごもくたまごやき にしよくポテト とうふとわかめのみそしる		牛乳 かつお節 のり 卵 ちりめんじゃこ 鶏肉 ひじき 豆腐 みそ	米 ごま 植物油 片栗粉 砂糖 じゃがいも	にんじん たまねぎ たけのこ しいたけ ねぎ	561 24.7	
27	水	みそにこみ うどん	あおなとツナのあえもの フルーツミックス		牛乳 鶏肉 油揚げ 卵 みそ ツナ	うどん 植物油 ごま油	ごぼう しめじ にんじん 小松菜 もやし キャベツ だいこん ねぎ りんご みかん 黄桃	530 23.5	
28	木	ココアパン	いかのスパイスあげ ブロッコリーのガーリックあえ やさいスープ		牛乳 いか ベーコン	パン 片栗粉 植物油 オリーブ油 じゃがいも	にんにく ブロッコリー コーン にんじん たまねぎ セロリー チンゲンツアイ	563 26.0	

*食材料等の納品の都合により献立を変更することがあります。

4月の給食目標

準備や後片付けを上手にしよう

ご入学、ご進学おめでとうございます



安全でおいしく心のこもった給食を栄養士 篠崎と調理業務委託先の(株)レパストの15名のスタッフで作っていきますので、よろしくお願いします。

学校の行事を考慮しながら、季節に合わせた献立、世界の国々の献立などを実施しています。

手作りを基本とし、だしは、かつお節・こんぶ・豚骨・香味野菜から、ルーはバター・植物油・小麦粉から作ります。コロッケやギョーザなどもじゃがいも・肉・野菜などから作っていきます。自校方式ですので、直前の配缶をし、適温で食べられるようにしています。昼が近付くと給食の匂いがし、食欲をそそられるのも自校方式ならではのです。

日野産の食材の利用をしています。堀之内地区からは野菜と果物が、百草地区の由木農場から卵が届きます。農薬を減らして作られた新鮮な食材を使っています。

安全面、衛生面の配慮から、主に国産の食材を使用し、使用食材の産地を給食とともにホームページで公開をしています。パン・牛乳・フルーツ以外の食品は、85℃以上の加熱を確認し、サラダなどの野菜も加熱し、急冷しています。

日野市では、瓶牛乳もこだわりの一つとして選択しています。紙パックに比べ、ガラス瓶はにおいもなく、牛乳本来の美味しさを味わうことができます。冷えた瓶を手を持つ五感の美味しさ、リユース(再使用)や中身が見える安心感もあります。今年度から千葉県の新生酪農株式会社の72℃15秒間の低温殺菌の「パスチャライズド牛乳」を使用します。工場近隣の17軒の農家から届けられた生乳を使用し、さらっとしてほんのり甘味のある牛乳です。

昨年度まで「そば」「ピーナッツ」「ペカン(ピーカン)ナッツ」「ピスタチオ」「ヘーゼルナッツ」「マカダミアナッツ」「キウイフルーツ」を提供していませんでしたが、今年度より、「くるみ」「カシューナッツ」も提供しません。

食器・器具類の洗浄は、石けんを使用し給食の安全と環境への配慮を行っています。