

毎日つきます。
スプーンがつきます。)

令和6年4月分 小・中学校給食予定献立表



食物のからだの中での3つの働き (○黄のなかま…熱や力になるもの ◎赤のなかま…血、肉、骨を作るもの ●緑のなかま…体の調子をよくするもの) 東根市学校給食センター

日 (曜日)	○主 食	お	か	ず	* 太字は、今月の地産地消食材です。	小学校の熱量 Kcal
9 (火)	ごはん 	豚汁の臭 (○ぶたにく ●しょうが さけ しょうゆ ○あぶら ●たまねぎ ●にんじん ●つきこんやく ●アジピーズ ○さとう ○かたくりこ)				595 Kcal
10 (水)	ごはん	春雨スープ (○はるさめ ●なると ●にんじん ●チンゲンサイ ●ねぎ げんえんとりガラスープ しょうゆ さけ しお こしょう)				717 Kcal
11 (木)	ごはん	筑前煮 (○とりにく ●なまあげ たけのこ ●にんじん ●ごぼう ●れんこん ●蕪こんやく ●えだまめ しょうゆ さけ みりん ○さとう) 白菜のおかかあえ (●はくさい ●もやし ●ほうれんそう ●にんじん ○かつおぶし しょうゆ) デザート (○いちごゼリー) ……業者が直接学校に配達します。				575
12 (金)	ごはん 	焼きようざ (○やきようざ) ……小学校 2ヶ、中学校 2ヶ 大根のそぼろあん (○とりひきにく ●だいこん ●たまねぎ ●にんじん ●ほししいたけ ●えだまめ しょうゆ さけ みりん ○さとう ○かたくりこ) 豆腐スープ (○とうふ ●わかめ ●ふしめじ ●ねぎ しょうゆ げんえんとりガラスープ さけ しお こしょう)				580
15 (月)	ごはん 	ハンバーグトストソース (○国産ミートハンバーグ ●たまねぎ ●マッシュルーム トマトピューレ ケチャップ げんえんちゅうのうソース あかアイン みりん ○さとう さけ) キャベツのコンソメスープ (○ペーコン ●キャベツ ●たまねぎ ●にんじん げんえんやさいイイヨン しお こしょう) フルーツチルドココ (○チルドココ ●みかん缶 ●パイナップル ●ミックスフルーツ (●りんご ●はくとう ●おうとう ●ラ・フランス) ●レモン汁)				825
16 (火)	ごはん	パンオオさつコロツケ (○かぼちゃとさつまいものコロツケ ○あぶら) 大根サラダ (●だいこん ●きゅうり ●あかピーマン ●コーン しょうゆ す ○あぶら ○ごまあぶら しお ○さとう こしょう) ハヤシライス (○ぶたにく ○じやがいも ●たまねぎ ●にんじん ●にんにく ○あぶら ●マッシュルーム 菜の花ハヤシルケ ケチャップ トマトピューレ げんえんちゅうのうソース しお)				781
17 (水)	ごはん	チキンカツ (○国産鶏肉のチキンカツ ○あぶら) ……小学校 2ヶ 豆まめサラダ (●あおだいず ●キャベツ ●きゅうり ●あかピーマン ●きどーマン ○あぶら す しょうゆ しお ○さとう こしょう) なめこのみそ汁 (●なめこ ●とうふ ●ねぎ ●さば・イワシぶし ○みそ)				669
18 (木)	ごはん 	ケチャップ肉団子 (○ケチャップにくだんご) ……小学校・中学校 2ヶ ピーマン炒め (○ぶたにく ○ピーマン ●キャベツ ●たまねぎ ●にんじん ●ピーマン ●ほししいたけ ○あぶら げんえんとりガラスープ しお こしょう しょうゆ) 数汁 (○やきう ●たまねぎ ●わかめ ●さば・いわしぶし しょうゆ しお さけ)				740
19 (金)	ごはん	きのこ信田煮 (○きのこ信田煮) わかめ入りしょうがあえ (○わかめ ●キャベツ ●もやし ●にんじん ●しょうが しょうゆ) すまし汁 (○とりにく ●はくさい ●えのきたけ ●ねぎ ●さば・イワシぶし しょうゆ しお さけ)			お祝いワレーズ (○いちごワレーズ (●りんご・落花生・そばナシ)) ……業者が直接学校に配達します。	640
22 (月)	ごはん 	豚肉と葱の野菜あえ (○ぶたにく ●しょうが しょうゆ さけ ○やきう ○かたくりこ ○あぶら ●たけのこ ●にんじん ●ピーマン みりん ○さとう) 玉ねぎのみそ汁 (●たまねぎ ●なまあげ ●ふしめじ ●さば・イワシぶし ○みそ) ひじきのり (○数分入りひじきのり)				685
23 (火)	ごはん	野菜コロツケ (○やさいコロツケ ○あぶら) ……小学校 2ヶ 彩りあえ (○ツナ ●キャベツ ●もやし ●ほうれんそう ●にんじん しょうゆ みりん) ポーワカレー (○ぶたにく ○じやがいも ●たまねぎ ●にんじん ●えだまめ ●にんにく ○あぶら カレールウ ケチャップ げんえんちゅうのうソース カレー)				829
24 (水)	ごはん	キャベツメンチカツ (○キャベツメンチカツ ○あぶら) ……小学校 2ヶ 中華風塩昆布漬け (●だいこん ●キャベツ ●きゅうり ●あかピーマン ●しおこんぶ しょうゆ す ○さとう しお ○ごまあぶら ○いりごま) とりごぼろ汁 (○とりにく ●あぶらあげ ●だいこん ●ごぼう ●ほししいたけ ●さば・イワシぶし しょうゆ さけ しお)				663
25 (木)	ごはん	鶏肉のさつぱり焼き (○とりにく ●にんにく ●しょうが しょうゆ す ○さとう さけ) 五目きんぴら (○ぶたにく ●ごぼう ●たけのこ ●にんじん ●ピーマン ○あぶら しょうゆ みりん ○さとう とうがらし) みそけんちん汁 (○とうふ ●だいこん ●にんじん ●蕪こんやく ●ねぎ ○あぶら ●さば・イワシぶし ○みそ さけ)				756
26 (金)	ごはん	さばの味噌煮 (○さばみそに) 春色おひたし (●キャベツ ●もやし ●ほうれんそう ●コーン しょうゆ こなからし ○さとう) 新じゃが汁 (○じゃがいも ●たまねぎ ●あぶらあげ ●さば・イワシぶし ○みそ)				624
30 (火)	ごはん	きんぴら肉団子 (○うすあじきんぴらにくだんご) ……小学校 2ヶ、中学校 3ヶ 切干大根とツナのごまあえ (●きりぼしだいこん ●ツナ ●キャベツ ●きゅうり ●にんじん ●コーン しょうゆ す ○あぶら ○さとう しお こしょう) わかめのみそ汁 (○わかめ ●なまあげ ●ふしめじ ●ねぎ ●さば・イワシぶし ○みそ)				753
		ささみのレモンソライ (○国産レモンのささみソライ ○あぶら) ……小学校 2ヶ、中学校 3ヶ カラフルサラダ (●キャベツ ●きゅうり ●コーン ●あかピーマン ○あぶら す ○さとう しお こしょう) カレースープ (○ぶたにく ●たまねぎ ●にんじん ●ねぎ カレールウ げんえんやさいイイヨン しょうゆ さけ しお カレー)				637

東根市の学校給食の塩分量は一度あたり小学校2.4g以下、中学校2.9g以下で提供いたします。

4月 ~学校給食について知ろう~

ご入学・ご進級おめでとうございます。
楽しい学校生活を送るためには健康で元気な体づくりが大切です。みなさんの成長を支えて
いけるよう、安全安心でおいしい給食づくりに努めてまいります。

学校給食の7つの目標

①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。	②日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な生活を送ることができ、及び賢ましい食習慣を養うこと。	③学校生活を通じて、明るく健全な生活態度を身に付け、社会生活に必要となる能力を養うこと。	④食生活が自然の恵みの上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。
⑤食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。	⑥我が国や各地域の食文化について、正しい理解を深めること。	⑦産地の生産、流通及び消費について、正しい理解を深めること。	⑧食生活が自然の恵みの上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。

東根市の学校給食を紹介します！

- 市内14の小中学校(約4300食)の「おかず」を「学校給食センター」で作っています。
- 主食は、月曜日：「パン」(5月開始)
火～金曜日：「米飯」
米飯…東根市「バスターズ」さん
パン…高島町「たいようパン」さん
牛乳…河北町「奥羽乳業」さん
⇒各業者さんより、直接学校に届けて頂きます。
- 各校考案の「作成献立」や「バイキング給食」(対象：小学校6年生、希望する中学校の3年生)を実施しています。
- 「乳・卵・そば・落花生」の4品目について、アレルギー対応給食を提供しています。

今月の献立から

15日(月)～19日(金) 地産地消メニュー
18日(木) 「入学・進級おめでとう献立」

今月の地産地消

東根市産…米 (はえぬぎ)
山形県産…牛乳、青大豆、
県産大豆使用(豆腐、生揚げ、油揚げ)
さゆり、ぶなしめじ、えのきたけ
マッシュルーム、白桃、黄桃、
りんご、ラ・フランス
豚肉・鶏肉 (地産地消メニューのみ)

