

4月 よてい献立表

稲城市教育部学校給食課
第一給食係 042-377-8904
第二給食係 042-331-7103

日	曜 日	牛 乳	献立名	赤 群 (血や肉をつくるもの)	黄 群 (力や体温となるもの)	緑 群 (体の調子をよくするもの)	エネ ルギー [kcal]	たんば く質 [g]	説明
11	金	○	ご飯 ホキの甘酢だれ 中華風野菜スープ いんげんソテー	牛乳 ホキ 鶏肉 豆腐 ベーコン	米 でん粉 米ぬか油 砂糖	玉ねぎ 生姜 人参 たけのこ きくらげ にら 長ねぎ いんげ ん とうもろこし	730	28.8	給食スタート(11日) ご進級おめでとうございます。いよいよ 令和7年度の給食が始まります。調理場 では、みなさんが毎日元気に過ごせるよ うに、おいしくて安全な給食を届けられ るよう、職員一同、 力を合わせてがんばります。1年間よろ しくお願いします。 
14	月	○	麦ご飯 ポークカレー 大根サラダ 清見オレンジ(柑橘)	牛乳 豚肉 チーズ	麦ご飯 米ぬか油 じゃ がいも 砂糖 バター 小 麦粉	にんにく 生姜 玉ねぎ 人参 大 根 きゅうり 清見オレンジ	838	25.3	
15	火	○	ご飯 揚げ子持ちししゃも(2本) 呉汁 白菜とえのきの煮びたし	牛乳 子持ちししゃも 大豆 みそ 油揚げ	米 でん粉 米ぬか油 砂糖	ごぼう 人参 大根 こんにゃく 長ねぎ えのきたけ 白菜	732	27.7	
16	水	○	ご飯 麻婆豆腐 チンゲン菜のオイスター炒め	牛乳 豚肉 みそ 豆腐	米 米ぬか油 砂糖 で ん粉 ごま油	にんにく 生姜 玉ねぎ 人参 干 しいたけ たけのこ 長ねぎ 緑豆もやし チンゲン菜	748	32.0	大阪・関西万博給食(大阪府) おひら(17日) 今年の4月13日から10月13日に、大 阪府で大阪・関西万博が実施されてい ます。そこで今年度は4月から10月まで 月に一度、関西地方の郷土料理を給食 で味わいます。 今月は、大阪府の郷土料理である「お ひら」です。おひらは、お正月のお祝い膳 にお椀に盛った一品として添える煮物で す。古くから地元に伝わる郷土料理で、 平らな椀に盛り付けることから「おひら」 と呼ばれるようになりました。
17	木	○	ご飯 おひら(凍り豆腐と野菜の煮物) 春雨サラダ	牛乳 鶏肉 凍り豆腐 さ つま揚げ ハム	米 米ぬか油 さとも 砂糖 緑豆春雨	ごぼう 人参 大根 こんにゃく 干しいたけ いんげん 緑豆 もやし きゅうり 玉ねぎ	734	29.0	
18	金	○	キャロット食パン ハンバーグトマトソース ジュリエヌスープ ジャーマンポテト	牛乳 ハンバーグ ベー コン	キャロットパン 米ぬか 油 砂糖 でん粉 じゃが いも	にんにく 玉ねぎ トマト 人参 キャベツ	816	30.0	
21	月	○	ご飯 鶏みそカツ 桜かまぼこのすまし汁 小松菜のごま和え	牛乳 鶏肉 豆乳 みそ かまぼこ	米 でん粉 米パン粉 米ぬか油 砂糖 ごま	にんにく 人参 大根 長ねぎ 小 松菜 緑豆もやし	757	30.3	世界の料理(フランス) ジュリエヌスープ(18日) フランスは、ヨーロッパの西側に位置し た国で、フランス料理は、日本の和食と 同じようにユネスコの世界文化遺産に登 録されています。 「ジュリエヌ」とは、フランス語で「千 切り」という意味です。このように、フラン ス料理では食材の切り方によって名前 がつけられています。  給食ではニンジンや キャベツなどの野菜を 千切りにし、鶏ガラス ープで煮込みました。
22	火	○	ご飯 豚肉と玉ねぎの卵とじ にらともやし炒め	牛乳 豚肉 鶏卵	米 米ぬか油 ふ 砂糖	人参 玉ねぎ こんにゃくいん げん ぶなしめじ 緑豆もやし にら	709	30.3	
23	水	○	ココアパン(渦巻) クリームシチュー フレンチサラダ	牛乳 鶏肉 生クリーム	ココアパン 米ぬか油 じゃがいも バター 小 麦粉 砂糖	玉ねぎ 人参 マッシュルーム グリンピース とうもろこし パプ リカ キャベツ きゅうり	760	26.2	
24	木	○	ご飯 さわらのねぎみそだれ 若竹汁 肉入りきんぴら	牛乳 さわら みそ 豆腐 わかめ 豚肉	米 米ぬか油 砂糖 で ん粉 ごま ごま油	にんにく 長ねぎ 人参 たけの こ えのきたけ ごぼう こんにゃ く	734	35.2	調理場炊飯(21.22.24日) 第一調理場には、ご飯を炊くための炊 飯設備が設置されています。この炊飯設 備は、万が一災害が起きた時に市民に 温かいご飯が提供できる、防災設備とし ての役割を担っています。 炊飯設備を利用して、第一調理場で炊 いたご飯を各校に月1回程度提供する 予定です。今月は、21日、22日、24日 の3日間のうち1日です。(詳細は給食だ より下部のお知らせ をご覧ください。) 
25	金	○	ゆでスパゲティ ミートソース 枝豆とキャベツのサラダ みかんゼリー	牛乳 豚肉	スパゲティ 米ぬか油 米粉 砂糖 みかんゼ リー	セロリ 玉ねぎ 人参 マッシュ ルーム キャベツ パプリカ 枝 豆	729	29.6	
28	月	○	若竹ご飯 肉じゃが 小松菜のじゃこ和え	牛乳 豚肉 さつま揚げ ちりめんじゃこ	若竹ご飯 米ぬか油 じゃがいも 砂糖 ごま 油	人参 玉ねぎ こんにゃくいん げん 緑豆もやし 小松菜	765	31.1	
30	水	○	ご飯 ほっけの竜田揚げ かみなり汁 キャベツのごま酢和え	牛乳 ほっけ 豆腐 油 揚げ	米 でん粉 米ぬか油 砂糖 ごま	生姜 ごぼう 人参 大根 こんにゃ くいん 長ねぎ キャベツ えのき たけ	741	30.1	ご当地給食(栃木県) かみなり汁(30日) かみなり汁は、水気を切った豆腐を崩し ながら油で炒め、だし汁で煮た汁物で す。豆腐を油で炒めている時の「バリ バリ」という音がかみなりの音に似てい ることや、栃木県の中央部はかみなりが 多く鳴る地域であることからこの名前が つきました。給食では、1000人分の 給食を作ることができる大き な釜で豆腐を崩しながら炒 め、「バリバリ」と音を立てて かみなり汁を作りました。 
* 材料等の都合により変更になることがあります。 * 給食の持ち帰りはできません。 * 給食開始日、終了日、提供日は各学校・学年によって異なる場合があります。						稲城市の平均値	753	29.7	
						学校給食摂取基準	830	27~41	



稲城市HP
「学校給食」ページ



◎稲城市立学校給食共同調理場の「よてい献立表・給食だより」や
食物アレルギーなどの学校給食に関する情報は
インターネット上でも見ることができます。
(左記QRコードを読み込みアクセスしてください。)



稲城市の学校給食
【公式】
インスタグラム





クックパッド
「稲城市学校給食の
キッチン」



ご入学・ご進級おめでとうございます。色とりどりの花が咲き誇る中、希望に満ちあふれた新年度が始まりました。
皆さんの学校生活がより充実したものとなるように、日々の給食を通して応援していきたいと思ひます。

学校給食は「食」を学ぶ時間です！

学校給食は単なる食事の時間ではなく、「学校給食法」に基づき実施される教育活動です。



栄養バランスのとれた食事を提供することで、成長期にある子どもたちの健全な発達を支えることはもちろん、健康によい食事や食文化、地場産物、食事のマナーなど、さまざまなことを学ぶための時間です。



稲城市の学校給食について

稲城市では、第一調理場、第二調理場で約8500食の給食を作っています。

- ・文部科学省が策定した「学校給食摂取基準」に基づき、エネルギー・たんぱく質・脂質は1日の摂取基準量の1/3を、家庭の食事では不足しがちなカルシウム・ビタミン類は1日の摂取基準の1/2程度を取れるよう心がけています。
- ・日本の食文化を伝えていくために和食の献立を基本とし、行事食や郷土料理を取り入れています。
- ・世界の料理等を取り入れ、バラエティーに富んだ献立作りを心がけています。

献立

食材

調理

衛生

- ・旬の食材の使用を心がけ、なるべく国産のものを使用しています。
- ・加工品等は、無添加のものを極力選んでいます。
- ・市内農家、姉妹都市、友好都市の方々の協力、JA東京みなみと市役所経済課の連携により、地場産農産物と産直農産物等を積極的に活用しています。
- ・削り節や鶏ガラからだしやスープをとっています。
- ・カレーやシチュー等のルウや、和え物のドレッシングも手作りしています。
- ・学校給食衛生基準をもとに、安全な給食を提供できるように調理器具、白衣や靴、エプロンを使い分けるなど、衛生管理には細心の注意を払っています。



給食時間の過ごし方

給食の前に、必ず手をきれいに洗いましょう。

全員が安心して、楽しく給食を食べられるよう、一人一人が安全や衛生に気をつけることが大切です。また、給食は決められた時間内に食べ終わられるように、協力して準備を行い、食べるための時間をしっかり確保しましょう。

給食当番の人は身支度をしっかり整え、協力して準備をしましょう。

手を洗ったあとはきれいなハンカチで水分をふきとりましょう。



一人分を考えて丁寧に盛り付けましょう。

汁物は底からよくかき混ぜて、具と汁を均等に盛り付けます。



トングを使うときは、料理が崩れないように優しくはさんで盛り付けます。



第一調理場の炊飯設備（災害時用）を活用したご飯の提供について

稲城市では、第一調理場と第二調理場の2施設で市内の公立小中学校の給食提供を行っています。
第一調理場には、災害時の使用を想定した炊飯設備が設置されています。この設備を活用して月に1回程度第一調理場で炊飯したご飯の給食提供を行っています。稲城市内の小・中学校を下表の3つのグループに分け、グループの提供予定日に給食提供する予定です。



Aグループ	稲城第一小学校、稲城第三小学校、稲城第四小学校、稲城第六小学校、稲城第七小学校、南山小学校	令和7年4月21日（月）
Bグループ	稲城第二小学校、向陽台小学校、城山小学校、長峰小学校、若葉台小学校、平尾小学校	令和7年4月22日（火）
Cグループ	稲城第一中学校、稲城第二中学校、稲城第三中学校、稲城第四中学校、稲城第五中学校、稲城第六中学校	令和7年4月24日（木）

- ☆ 長期欠席等により給食を停止したいときは、学校にお申し出ください。
- ☆ 令和6年度以前の給食費に未納がある方は速やかに納入してください。滞納が解消されませんと、法的措置の手続きに移行することとなります。納入が困難な場合には必ず下記までご相談ください。
- ☆ 稲城市では学校給食費の滞納に対しては強制執行（給与差押等）などの法的措置を実施しております。（令和6年度は3件の申立てを行っております。）