

4月 よてい献立表

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 (体の調子をよくなるもの)	エネルギー [kcal]	たんぱく質 [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	598	23.0	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年間よろしくお祈りします。 
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 パター 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	692	21.5	
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	634	24.6	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。
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	612	26.6	
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 さといも 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	607	24.2	
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	659	24.6	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。
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	617	23.7	
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	585	25.3	
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 パター 小麦粉 砂糖	玉ねぎ 人参 マッシュルーム グリーンピース とうもろこし パプリカ キャベツ きゅうり	622	22.0	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。)
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	598	28.3	
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	641	25.8	
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	632	25.9	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けました。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。
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 長ねぎ キャベツ えのきたけ	602	23.8	
* 材料等の都合により変更になることがあります。 * 小学校の基準値は中学年を基にしています。 * 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	623	24.6
							学校給食摂取基準	650	21~32



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」



4月 給食だより

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。

献立

- ・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。

- ・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。



食材

調理

衛生

給食時間の過ごし方

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。

給食の前に、必ず手をきれいに洗いましょう。

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。）