



令和6年4月 学校給食献立予定表(小学校)



津山市立戸島学校食育センター

| ひづけ 日付 | こんだて 献立名 | エネルギー (kcal) タンパク(g) | おもなざいりょう | | | | | |
|-----------|--|----------------------------|-----------------------------------|------------------|------------------------------|--------------------|---------------------------------|--|
| | | | エネルギーのもとになる | | からだづく 体を作るもとになる | | からだちよし との 体の調子を整える | |
| 10(水) | 肉うどん 牛乳 おかかあえ さくらゼリー | 605 32.7 | うどん さとう | 油 ゼリー | 牛乳 ぎゅうにく かつおけずり こんぶ | ぶたにく ちくわ 油あげ | しょうが にんじん もやし たまねぎ | ながねぎ だいこん こまつな しめじ |
| 11(木) | コッペパン 牛乳 豆乳クリーム煮 コーンサラダ | 581 24.6 | コッペパン 米 さとう | じゃがいも 油 | 牛乳 つくね | とりにく とうにゅう | たまねぎ はくさい キャベツ だいこん | にんじん チンゲンサイ きゅうり コーン |
| 12(金) | 麻婆丼 牛乳 バンサンスー | 603 23.8 | 米 はるさめ ごま油 | でんぷん さとう 油 | 牛乳 みそ ハム | とうふ ぶたにく | しょうが たまねぎ たけのこ きゅうり | にんにく にんじん にら もやし |
| 15(月) | ごはん 牛乳 ホイコーロー 糸寒天のあえ物 | 592 24.6 | 米 ごま油 油 | でんぷん さとう | 牛乳 ぶたにく みそ | ハム あつあげ かんでん | だいこん キャベツ にんにく にんじん | きゅうり たけのこ しょうが たまねぎ チンゲンサイ |
| 16(火) | 【入学・進級祝い献立】 ごはん 牛乳 みそカツ 千草あえ 春のすまし汁 いちごゼリー | 586 23.2 | 米 さとう | 油 ゼリー | 牛乳 みそ かまぼこ | とんかつ わかめ | キャベツ ほうれんそう たまねぎ えのきたけ | コーン にんじん たけのこ ねぎ |
| 17(水) | 塩ラーメン 牛乳 しゅうまい 中華あえ | 596 27.5 | ちゅうかめん さとう | ごま油 | 牛乳 ぶたにく ハム | なると シュウマイ | しょうが たまねぎ ねぎ だいこん | にんじん はくさい こまつな もやし |
| 18(木) | コッペパン 牛乳 鮭のマヨネーズ焼き フレンチサラダ コンソメスープ | 601 29.7 | コッペパン 油 じゃがいも ノンエッグマヨネーズ | でんぷん さとう | 牛乳 ウインナー | さけ | きゅうり ブロッコリー にんじん | だいこん たまねぎ さやいんげん |
| 19(金) | チキンカレーライス 牛乳 福神あえ | 596 20.9 | 米 じゃがいも | 油 カレールー | 牛乳 | とりにく | にんにく にんじん ふくしんづけ こまつな | たまねぎ グリーンピース キャベツ もやし |
| 22(月) | ごはん 牛乳 豚じゃが 甘酢あえ | 595 25.5 | 米 じゃがいも さとう | 油 こんにゃく | 牛乳 さつまあげ | ぶたにく ハム | にんじん さやいんげん もやし | たまねぎ きゅうり はくさい |
| 23(火) | 【日本よいとこ味めぐり献立～大分県～】 ごはん 牛乳 とり天 磯あえ だんご汁 かぼすゼリー | 628 25.3 | 米 ワンタン | 油 ゼリー | 牛乳 とりてん みそ | 油あげ のり | ごぼう キャベツ ほうれんそう にんじん | ねぎ もやし たまねぎ だいこん |
| 24(水) | ミートソーススパゲティ 牛乳 ハムサラダ | 658 27.2 | ソフトめん ハヤシルウ さとう | 油 でんぷん | 牛乳 ハム | ぶたにく | にんにく にんじん グリーンピース キャベツ | たまねぎ しいたけ トマト だいこん きゅうり |
| 25(木) | 黒糖パン 牛乳 照り焼きハンバーグ じゃこサラダ 野菜スープ | 642 26.0 | こくどうパン でんぷん | さとう 油 | 牛乳 しらすぼし | ハンバーグ ベーコン | だいこん ほうれんそう たまねぎ エリンギ | キャベツ コーン にんじん チンゲンサイ |
| 26(金) | 【津山・岡山食べようday】 ごはん 牛乳 さわらの西京焼き ひたし 田舎汁 | 594 31.9 | 米 | さつまいも | 牛乳 みそ とりにく | さわら ちくわ | はくさい こまつな にんじん | きゅうり たまねぎ ねぎ |
| 30(火) | ごはん 牛乳 さばフライ 赤じそあえ 沢煮椀 | 675 27.2 | 米 こんにゃく | 油 | 牛乳 ぶたにく | さばフライ 油あげ | キャベツ こまつな にんじん ねぎ | だいこん たまねぎ ごぼう あかじそ |

★本字は、津山産の食材を、『津山・岡山食べようday』の本字は岡山県産の食材を使用する予定です。
この他、たまねぎは津山産を優先して使用する予定です。
★都合により、献立及び食材を変更する場合があります。

★津山市(保健給食課)のホームページに学校給食の献立表と産地を掲載しています。



新しい学年がはじまりました。学校給食では子どもたちが栄養のバランスのとれた食事を先生や仲間と一緒に食べます。その中で食事の楽しさや大切さ、健康に過ごすためのよい食べ方やマナー、協力の大切さや感謝の心、ふるさとやささまざまな地域の食文化を学んでいきます。安全で、楽しく、そしておいしい給食を目指しますのでよろしくお願い致します。

としまがっこうしょくいく 戸島学校食育センターについて

【受配校】小学校13校 中学校4校 合計17校 【調理内容】学校給食の副食(おかず) 【食数】約4200食

【調理委託業者】日本国民食(株)

【給食配送委託業者】岡山県貨物運送(株)



職員一同、みなさんに
おいしく食べてもらえるよう、
心を込めて給食を届けます!



津山市食育推進キャラクター
「しよたん」

