

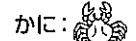
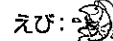
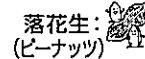
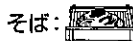
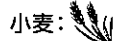
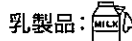
学校給食献立表(中ブロック) 令和3年度4月分(4/12~4/30)

姫路市教育委員会

4月12日(月)		4月13日(火)		4月14日(水)		4月15日(木)		4月16日(金)	
こんだて	ごはん 牛乳 みそしる ぶたにくのしょうがやき	くろざとうパン 牛乳 はるやさいのスパゲティ ウインナーのケチャップいため	ごはん 牛乳 かんとくに ごぼうのかきあげ(こめこ)	-にゅうがくおめでとうこんだて- パン 牛乳 レタスのスープ ジャーマンポテト いちごゼリー	ごはん 牛乳 いそかじる にくどうふ				
こんだてざいりょう	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> とうふ <input type="radio"/> あぶらあげ <input type="radio"/> にんじん <input type="radio"/> はねぎ <input type="radio"/> たまねぎ <input type="radio"/> わかめ <input type="radio"/> みそ <input type="radio"/> にぼし(だし) <input type="radio"/> ぶたにく <input type="radio"/> しょうが <input type="radio"/> せいしゆ <input type="radio"/> たまねぎ <input type="radio"/> ピーマン <input type="radio"/> あかピーマン <input type="radio"/> こいくちしょうゆ <input type="radio"/> さとう <input type="checkbox"/> サラダあぶら	<input type="checkbox"/> パン <input type="checkbox"/> くろざとう <input type="radio"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> スパゲティ <input type="radio"/> まぐろのあぶらづけ <input type="radio"/> たまねぎ <input type="radio"/> にんじん <input type="radio"/> しめじ <input type="radio"/> なばな <input type="radio"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> オリーブオイル <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="radio"/> ポークウインナー <input type="radio"/> たまねぎ <input type="radio"/> にんじん <input type="radio"/> ピーマン <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> トマトケチャップ <input type="checkbox"/> ウスターソース <input type="checkbox"/> カレーこ <input type="checkbox"/> しお	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> ぎゅうにく <input type="radio"/> さつまあげ <input type="radio"/> うすらたまご <input type="radio"/> こんにやく <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="radio"/> にんじん <input type="radio"/> しょうが <input type="checkbox"/> さとう <input type="radio"/> うすくちしょうゆ <input type="radio"/> こいくちしょうゆ <input type="radio"/> だいず <input type="radio"/> ごぼう <input type="radio"/> にんじん <input type="radio"/> さやいんげん <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> てんぷらこ(こめこ) <input type="checkbox"/> あぶら	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> レタス <input type="radio"/> たまねぎ <input type="radio"/> にんじん <input type="checkbox"/> はるさめ <input type="radio"/> けいにくのあぶらづけ <input type="radio"/> にんにく <input type="radio"/> しょうが <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="radio"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> ごまあぶら <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="radio"/> たまねぎ <input type="radio"/> ベーコン <input type="radio"/> パセリ <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> いちごゼリー	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> たまねぎ <input type="radio"/> にんじん <input type="radio"/> あおさのり <input type="radio"/> こんぶ <input type="radio"/> かまぼこ <input type="radio"/> あぶらあげ <input type="radio"/> はねぎ <input type="radio"/> えのきたけ <input type="radio"/> うすくちしょうゆ <input type="radio"/> こいくちしょうゆ <input type="radio"/> けずりぶし(だし) <input type="radio"/> とうふ <input type="radio"/> ぎゅうにく <input type="radio"/> にんじん <input type="radio"/> ごぼう <input type="radio"/> はねぎ <input type="radio"/> しいたけ <input type="radio"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> サラダあぶら				
	4月19日(月)	4月20日(火)	4月21日(水)	4月22日(木)	4月23日(金)				
こんだて	-しょくいくのひー もちむぎごはん 牛乳 すましじる だいずのいそに いかなごのくぎに	パン 牛乳 コーンスープ にこみハンバーグ キャンディチーズ	いりこなめし 牛乳 きつねうどん いんげんのかきあげ(こめこ)	カレーライス 牛乳 おんやさい (わふうドレッシング)	ごはん 牛乳 はっぼうさい けいにくのからあげ				
こんだてざいりょう	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> もちむぎ <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> とうふ <input type="radio"/> にんじん <input type="radio"/> わかめ <input type="radio"/> みつば <input type="radio"/> えのきたけ <input type="radio"/> あぶらあげ <input type="radio"/> うすくちしょうゆ <input type="radio"/> こいくちしょうゆ <input type="radio"/> けずりぶし(だし) <input type="radio"/> こんぶ(だし) <input type="radio"/> だいず <input type="radio"/> ひじき <input type="radio"/> けいにく <input type="radio"/> ごぼう <input type="radio"/> たけのこ <input type="radio"/> にんじん <input type="radio"/> さやいんげん <input type="radio"/> ちくわ <input type="radio"/> こんにやく <input type="checkbox"/> しお <input type="radio"/> うすくちしょうゆ <input type="radio"/> こいくちしょうゆ <input type="radio"/> さとう <input type="radio"/> いかなごのくぎに	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> ベーコン <input type="radio"/> にんじん <input type="radio"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="radio"/> とうもろこし <input type="radio"/> コーンペースト <input type="radio"/> パセリ <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> ポークスープ <input type="checkbox"/> コーンスターチ <input type="radio"/> ハンバーグ(こむぎぬき) <input type="radio"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="radio"/> しめじ <input type="checkbox"/> トマトケチャップ <input type="checkbox"/> ウスターソース <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="radio"/> キャンディチーズ	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> ごま <input type="radio"/> ちりめんじゃこ <input type="radio"/> ひろしまな <input type="radio"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> うどん <input type="radio"/> わかめ <input type="radio"/> キャベツ <input type="radio"/> にんじん <input type="radio"/> はねぎ <input type="radio"/> あぶらあげ <input type="checkbox"/> さとう <input type="radio"/> うすくちしょうゆ <input type="radio"/> こいくちしょうゆ <input type="radio"/> けずりぶし(だし) <input type="radio"/> さやいんげん <input type="radio"/> とうもろこし <input type="radio"/> チキンハム <input type="checkbox"/> てんぷらこ(こめこ) <input type="checkbox"/> あぶら	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="radio"/> ぎゅうにく <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="radio"/> たまねぎ <input type="radio"/> にんじん <input type="radio"/> セロリー <input type="radio"/> グリンピース <input type="radio"/> しょうが <input type="radio"/> にんにく <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> こむぎこ <input type="checkbox"/> バター <input type="checkbox"/> カレーこ <input type="checkbox"/> ポークスープ <input type="checkbox"/> ウスターソース <input type="checkbox"/> トマトケチャップ <input type="checkbox"/> チャツネ <input type="radio"/> だっしふんにゅう <input type="radio"/> チーズ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> にんじん <input type="radio"/> キャベツ <input type="radio"/> きゅうり <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> わふうドレッシング	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> ぶたにく <input type="radio"/> いか <input type="radio"/> キャベツ <input type="radio"/> にんじん <input type="radio"/> たまねぎ <input type="radio"/> はねぎ <input type="radio"/> うすらたまご <input type="radio"/> たけのこ <input type="radio"/> きくらげ <input type="radio"/> しょうが <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="radio"/> うすくちしょうゆ <input type="radio"/> さとう <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> しお <input type="radio"/> こしょう <input type="checkbox"/> こめず <input type="checkbox"/> ごまあぶら <input type="radio"/> けいにく <input type="radio"/> しょうが <input type="radio"/> こいくちしょうゆ <input type="radio"/> せいしゆ <input type="radio"/> でんぷん <input type="checkbox"/> あぶら				

○赤の食品…体をつくるもの(たんぱくしつ・むぎしつ) □黄の食品…ねつや力のもとになるもの(たんすいかぶつ・しぼう) △緑の食品…体の調子をととのえるもの(ビタミン)

特定原材料表示



4月26日(月)		4月27日(火)		4月28日(水)		4月30日(金)		4月平均 栄養量 (小学校4年生)	
ごはん 牛乳 ちゅうかスープ さばのかわりみそに		パン 牛乳 にくだんごのシチュー(こめこ) グリーンサラダ		ごはん 牛乳 にくじゃが もやしのごまあえ		ごはん 牛乳 わかめスープ すぶた		エネルギー	657kcal
☐ ごはん		☐ パン		☐ ごはん		☐ ごはん		たんぱく質	24.3g
○ 牛乳		○ 牛乳		○ 牛乳		○ 牛乳		脂質	28.7%
○ ぶたにく		○ つくね		○ ぶたにく		○ どうぶ		カルシウム	317mg
○ とうふ		☐ じゃがいも		☐ じゃがいも		○ けいにく		鉄	2.5mg
△ にんじん		△ にんじん		△ たまねぎ		○ こいくちしょうゆ		ビタミン	A 209μgRAE
△ たまねぎ		△ たまねぎ		△ にんじん		○ せいしゅ			B1 0.40mg
△ ほうれんそう		△ しめじ		△ グリンピース		△ にんじん			B2 0.51mg
○ たまご		△ パセリ		△ こんにゃく		○ わかめ		C 19mg	
△ しょうが		△ サラダあぶら		△ しょうが		△ ごまあぶら		食塩相当量	2.3g
△ チキンスープ		☐ じゃושんこ		☐ しょうが		△ チキンスープ		食物繊維	3.6g
△ うすくちしょうゆ		☐ パター		☐ サラダあぶら		△ うすくちしょうゆ		マグネシウム	79mg
△ しお		○ ぎゅうにゅう		☐ せいしゅ		△ しお		亜鉛	2.8mg
△ こしょう		△ ポークスープ		☐ さとう		○ ぶたにく			
○ さば		△ とうもろこし		△ うすくちしょうゆ		△ しょうが			
△ ねぶかねぎ		△ コーンペースト		△ こいくちしょうゆ		△ こいくちしょうゆ			
△ トウバンジャン		△ しお		△ もやし		☐ せいしゅ			
△ にんにく		△ こしょう		△ ほうれんそう		☐ じゃがいも			
△ しょうが		○ ポークハム		○ まぐろのあぶらづけ		△ あぶら			
☐ ごまあぶら		△ キャベツ		○ ごま		△ たまねぎ			
☐ さとう		△ グリーンアスパラガス		☐ こいくちしょうゆ		△ にんじん			
○ あかみそ		△ りんごす				△ ピーマン			
△ こいくちしょうゆ		☐ さとう				△ たけのこ			
△ せいしゅ		☐ サラダあぶら				△ しいたけ			
		△ しお				△ サラダあぶら			
		△ こしょう				△ トマトケチャップ			
						△ うすくちしょうゆ			
						△ こめす			
						☐ さとう			
						☐ チキンスープ			
						☐ でんぷん			

ご入学、ご進級 おめでとうございます。

- 姫路市(単独校・親子方式)の学校給食
- ★献立は3つのブロック(西・中・東)に分け、それぞれ内容が異なります。
 - ★平均栄養量は小学校4年生の値を表記しています。
 - ★ごはんの日は原則、月・水・金の週3回です。
パンの日は原則、火・木の週2回です。ただし、行事食や食育の日などは、ごはんになります。
 - ★毎月19日は「食育の日」で、郷土料理などの和食や地場産物を使う等、食に関する視点を踏まえた献立をとり入れます。
(19日に給食がない月は、その前の給食実施日になります。)
 - ★よくかんで食べることの意識づけのために、月1回 のマークをつけ「カミカミ献立」を実施します。
 - ★食物アレルギーに対応して除去食を実施しています。除去食対応を行う献立は、献立名を白抜きで表示しています。
そば、落花生(ピーナッツ)、マヨネーズは使用しません。(そばは、同一工場、製造ライン使用による加工食品も使用しません。)

特定原材料表示について

使用材料に表示義務のある下記の7品目のアレルギーを含むものを材料名の右にイラストで表示しています。

また、落花生(ピーナッツ)は、同一工場、製造ライン使用による加工食品を使用した場合は で表示しています。

その他の推奨品目については、各学校に配付している「食品のアレルギー表示一覧」で確認できます。加工食品等については、複数のアレルギーを含むものもあります。注意してご覧ください。

卵: 乳製品: 小麦: そば:

落花生(ピーナッツ): えび: かに:



○赤の食品…体をつくるもの(たんぱく質・むぎしつ) □黄の食品…ねつや力のもとになるもの(たんすいかぶつ・しぼう) △緑の食品…体の調子をととのえるもの(ビタミン)

特定原材料表示 卵: 乳製品: 小麦: そば: 落花生(ピーナッツ): えび: かに: