

学校給食献立表(西ブロック) 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	わかめごはん 牛乳 すましじる ぶたにくのみそいため	くろざとうパン 牛乳 レタスのスープ ジャーマンポテト	-にゅうがくおめでとこんだて- あんかけどんぶり 牛乳 いんげんのかきあげ クレープ(いちご)	パン 牛乳 フェジョアータ ツナサラダ	ごはん 牛乳 かんとうに いかにてんぷら
こんだてざいりょう	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> わかめ <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> とうふ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> わかめ <input type="checkbox"/> はねぎ <input type="checkbox"/> しいたけ <input type="checkbox"/> かまぼこ <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> けずりぶし(だし) <input type="checkbox"/> こんぶ(だし) <input type="checkbox"/> ぶたにく <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> ピーマン <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> みそ <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> せいしゆ	<input type="checkbox"/> パン <input type="checkbox"/> くろざとう <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> レタス <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> はるさめ <input type="checkbox"/> けいにくのあぶらづけ <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> 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="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> ベーコン <input type="checkbox"/> 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"/> ごはん <input type="checkbox"/> ぶたにく <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> たけのこ <input type="checkbox"/> はねぎ <input type="checkbox"/> しめじ <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> けずりぶし(だし) <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> さやいんげん <input type="checkbox"/> とうもろこし <input type="checkbox"/> チキンハム <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> てんぷらこ <input type="checkbox"/> あぶら <input type="checkbox"/> クレープ(いちご)	<input type="checkbox"/> パン <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> しろいんげん <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> ベーコン <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> パセリ <input type="checkbox"/> サラダあぶら <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"/> さとう <input type="checkbox"/> ワインぶとうちょうみりよ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> まぐろのあぶらづけ <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> りんごす <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> サラダドレッシング <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> ぎゅうにく <input type="checkbox"/> さつまあげ <input type="checkbox"/> うずらたまご <input type="checkbox"/> こんにゃく <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> パセリ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> いか <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> こむぎこ <input type="checkbox"/> てんぷらこ <input type="checkbox"/> あぶら
こんだて	-しよくいくのひー もちむぎごはん 牛乳 ばちじる ごもくにまめ ぼうぜじゃごぶりかけ	パン 牛乳 たまごスープ にこみハンバーグ	ごはん 牛乳 とうふじる さばのみそに きゅうりのしょうゆづけ	カレーライス 牛乳 もやしのサラダ	ごはん 牛乳 にくじゃが たけのこのかきあげ(こめこ)
こんだてざいりょう	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> もちむぎ <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> ばち <input type="checkbox"/> あぶらあげ <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> しいたけ <input type="checkbox"/> はねぎ <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> けずりぶし(だし) <input type="checkbox"/> だいず <input type="checkbox"/> ぎゅうにく <input type="checkbox"/> ごぼう <input type="checkbox"/> たけのこ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> こんにゃく <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> ちりめんじゃこ <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> ごまあぶら	<input type="checkbox"/> パン <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> たまご <input type="checkbox"/> ベーコン <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> さやいんげん <input type="checkbox"/> ポークスープ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> ハンバーグ(こむぎぬき) <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> マッシュルーム <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="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> とうふ <input type="checkbox"/> あぶらあげ <input type="checkbox"/> わかめ <input type="checkbox"/> しいたけ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> はねぎ <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> けずりぶし(だし) <input type="checkbox"/> さば <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> あかみそ <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> せいしゆ <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> こめす	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> ぎゅうにく <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> セロリー <input type="checkbox"/> グリンピース <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> 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="checkbox"/> だっしふんにゅう <input type="checkbox"/> チーズ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> ポークハム <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> こめす <input type="checkbox"/> さんおんとう <input type="checkbox"/> サラダあぶら	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> ぶたにく <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> グリンピース <input type="checkbox"/> こんにゃく <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> せいしゆ <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> さやいんげん <input type="checkbox"/> たけのこ <input type="checkbox"/> えび(からつき) <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> てんぷらこ(こめこ) <input type="checkbox"/> あぶら

○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(たんずいかぶつ・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: えび: かに:

(ピーナツ)

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 ジャージャンめん ひじきととうもろこしのいために		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 はっぼうさい けいにくのからあげ		ごはん 牛乳 みそしる やさしいため		エネルギー	656kcal	
<input type="checkbox"/> ごはん		<input type="checkbox"/> パン		<input type="checkbox"/> ごはん		<input type="checkbox"/> ごはん		たんぱく質	24.2g	
<input type="radio"/> 牛乳		<input type="radio"/> 牛乳		<input type="radio"/> 牛乳		<input type="radio"/> 牛乳		脂質	28.6%	
<input type="radio"/> ぎゅうにく <input type="triangle"/> にんにく <input type="radio"/> あかみそ <input type="triangle"/> ねぶかねぎ <input type="triangle"/> さとう <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> ごまあぶら <input type="checkbox"/> ちゅうかさば <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> もやし <input type="triangle"/> しなちく <input type="triangle"/> はねぎ うすくちしょうゆ チキンスープ しお こしょう		<input type="radio"/> つくね <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> しめじ <input type="triangle"/> パセリ <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> しょうしんこ <input type="checkbox"/> バター <input type="radio"/> ぎゅうにく ポークスープ とうもろこし コーンペースト しお こしょう <input type="radio"/> ポークハム <input type="triangle"/> キャベツ グリーンアスパラガス りんごす さとう <input type="checkbox"/> サラダあぶら しお こしょう		<input type="radio"/> ぶたにく <input type="radio"/> いか <input type="triangle"/> キャベツ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> はねぎ <input type="radio"/> うずらたまご <input type="triangle"/> たけのこ <input type="triangle"/> しいたけ <input type="triangle"/> しょうが <input type="checkbox"/> サラダあぶら チキンスープ うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> でんぷん しお こしょう こめす ごまあぶら <input type="radio"/> けいにく <input type="triangle"/> しょうが こいくちしょうゆ せいしゆ でんぷん <input type="checkbox"/> あぶら		<input type="radio"/> ぶたにく <input type="radio"/> あぶらあげ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="triangle"/> はねぎ <input type="radio"/> わかめ <input type="radio"/> みそ にぼし(だし) <input type="radio"/> ぶたにく <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> きくらげ <input type="triangle"/> たら <input type="triangle"/> もやし <input type="triangle"/> サラダあぶら しお こしょう こいくちしょうゆ		カルシウム	311mg	
<input type="radio"/> ひじき <input type="triangle"/> とうもろこし <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> ペーコン <input type="checkbox"/> さとう こいくちしょうゆ サラダあぶら								鉄	2.0mg	
								ビタミン	A	213μgRAE
									B1	0.39mg
								B2	0.51mg	
								C	20mg	
								食塩相当量	2.3g	
								食物繊維	3.7g	
								マグネシウム	79mg	
								亜鉛	2.7mg	

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・むきしゆ) □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: