



こんだてだよ!



裾野市立学校給食センター
連絡先 992-6868

★こんげつのもくひょう・・・えいせいにこころかけ、じょうずなはいぜん・あとかたづけをしよう★

小学校

ひょうひ	こんだてめい	からだをつくるもとになるたべもの	からだのちょうしをととのえるもとになるたべもの	エネルギーのもとになるたべもの	エネルギーたんぱくしつ	ひこう
10	かくがたしょくばん			パン		南小なし
	メイプルジャム			みずあめ・さとう・メイプルシロップ	641Kcal	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	ハンバーグ パネキソース	とりにく・ふたにく	トマト・しょうが・にんにく・レモン たまねぎ	さとう・でんぷん・じゃがいも あぶら		
	こふきいも		パセリ	じゃがいも	28.5g	
木	ポークビーンズ	チーズ・だいず・ふたにく	にんじん・トマト・たまねぎ・しめじ	あぶら・クリーム		
	ごはん			こめ		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			596Kcal	
	まぐろカツ	まぐろ	たまねぎ	パンこ・こむぎこ・あぶら		
金	しらたきいため	ふたにく・さつまあげ	にんじん・さやいんげん	しらたき・さとう・あぶら		
	かきたまじる	とうふ・たまご	にんじん・こまつな・たまねぎ えのきたけ	でんぷん	23.3g	
	ごはん			こめ		
14	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			622Kcal	
	あつやきたまご	たまご		さとう・でんぷん・あぶら		
	じゃがいものそぼろに	とりにく	にんじん・たまねぎ・しょうが・えだまめ	じゃがいも・さとう・あぶら		
	みそしる	とうふ・あぶらあげ・みそ・わかめ	こまつな・だいこん・たまねぎ		24.2g	
	みそラーメン					
15	ちゅうかめん			ちゅうかめん	609Kcal	
	みそラーメンスープ	わかめ・ふたにく・かまぼこ・みそ	にんじん・キャベツ・たまねぎ・コーン ねぶかねぎ・にんにく・しょうが	あぶら・ごまあぶら		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	あげぎょうざ	ふたにく	にら・キャベツ・たまねぎ	でんぷん・こむぎこ・あぶら	25.2g	
	やさいとはるさめのいためもの	とりにく	にんじん・こまつな・もやし	はるさめ・さとう・ごまあぶら		
16	にゅうがく・しんきゅう おいおいこんだて					
	せきはん	あずき		もちこめ・こめ		649Kcal
	ごましお			ごま		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	さわらのさいきょうゆき	さわら・みそ				
	たくあんとやさいのおかいため	かつおぶし	こまつな・たくあん・もやし	ごまあぶら		
	すましじる	かまぼこ・とうふ	にんじん・はねぎ・えのきたけ・だいこん たまねぎ		25.5g	
おいおいクレープ	とうにゅう	いちご	さとう・こめこ・みずあめ・あぶら			
17	こくとういりロールパン			パン・くろざとう	622Kcal	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	かぼちゃコロッケ	ふたにく	かぼちゃ・たまねぎ	さとう・パンこ・でんぷん こむぎこ・あぶら		
	キャベツととりにくのソテー	とりにく	にんじん・キャベツ	あぶら	24.6g	
	やさいとおまめのスープ	だいず・ウインナー	にんじん・たまねぎ・えだまめ	じゃがいも		
18	給食は あいません					
21	ごはん			こめ	612Kcal	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	マーボーどうふ	とうふ・ふたにく・みそ	にんじん・はねぎ・たまねぎ・もやし にんにく・しょうが・たけのこ	さとう・でんぷん・ごまあぶら	25.8g	
	ビーフソテー	とりにく	ピーマン・たまねぎ・コーン	ビーフ・あぶら・ごまあぶら		
22	セルフフィッシュバーガー	パンにはさんで、 フィッシュバーガーを つくろう!		パン	608Kcal	今月の 地場産物 たけのこ たまねぎ
	ふたつおりがたパン					
	たらフライ	たら		パンこ・こむぎこ・あぶら		
	ゆでキャベツ		キャベツ			
	タルタルソース	だいず	ピクルス・たまねぎ	さとう・あぶら		
火	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			27.3g	
	ツナチャウダー	ぎゅうにゅう・かつお・ベーコン だいず	にんじん・パセリ・たまねぎ	じゃがいも・こむぎこ・クリーム バター・あぶら		
	ごはん			こめ	609Kcal	
23	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	ふたにくのしょうがいため	ふたにく	にんじん・しょうが・たまねぎ・キャベツ	さとう・でんぷん・あぶら	25.1g	
	ほうとうじる	とりにく・あぶらあげ・みそ	かぼちゃ・にんじん・だいこん・ねぶかねぎ	こむぎこ		
24	マーガリンいりロールパン			さとう・パン・マーガリン	648Kcal	今月の 地場産物 たまねぎ
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	ミートボールシチュー	とりにく・ふたにく・だいず	にんじん・たまねぎ・しめじ・にんにく	じゃがいも・でんぷん・みずあめ こむぎこ・あぶら	23.1g	
	マカロニソテー	とりにく	ほうれんそう・トマト・たまねぎ・にんにく コーン	マカロニ・オリーブあぶら		



ひ ょうび	こんだてめい	からだをつくるもとになるたべもの	からだのちょうしをとのえるもとに なるたべもの	エネルギーのもとになるたべもの	エネルギー たんぱくしつ	ひこう		
ふるさときゅうしょくのひ								
25	ごはん			こめ	637Kcal			
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう						
	さばのたつたあげ	さば	しょうが	てんぷん・あぶら				
	金	もやしのごますあえ		こまつな・にんじん・もやし			23.3g	
	わかたけじる	わかめ・なると・とうふ	たけのこ・たまねぎ・えのきたけ					
28	ごはん			こめ	630Kcal			
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう						
	チキンカツ	とりにく		パンこ・こむぎこ・あぶら				
	月	ごもくきんぴら	ふたにく	にんじん・さやいんげん・ごぼう			しらたき・さとう・あぶら こまあぶら	22.4g
	しらたまだんごのみそしる	あぶらあげ・みそ	ほうれんそう・だいこん・たまねぎ	もちこ・てんぷん				
29	昭和の日(しょうわのひ)							
30	むぎごはん			こめ・むぎ	715Kcal			
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう						
	チキンとまめのカレー	とりにく・ひよこまめ・だいず	にんじん・にんにく・しょうが・たまねぎ	じゃがいも・こむぎこ・あぶら				
	水	マカロニサラダ		にんじん・キャベツ・コーン			マカロニ・コールスロートレッシング ノンエッグマヨネーズ	25.7g
	ヨーグルト	ヨーグルト		さとう				

旬の食材：たけのこ・キャベツ・アスパラガス・たまねぎ・いよかん・きよみオレンジ・ニューサマーオレンジ・いちご・さくら・かつお

※ 都合により献立を変更する場合があります。

ご入学・ご進級おめでとうございます



いよいよ新年度が始まりました。それぞれ希望に胸を膨らませ、新たな一歩を踏み出したことでしょう。今年度も、成長期の皆さんの心と体の健康を支えるため、安心・安全で、栄養バランスのとれたおいしい給食を提供していきたいと思えます。どうぞよろしくお願ひ致します。

学校給食について

学校給食とは



「学校給食法」に基づき、教育活動の一環として、実施されるものです。成長期にある児童生徒の心身の健全な発達のため、栄養バランスのとれた食事を提供するとともに、望ましい食習慣と食に関する実践力を身につけるための重要な教材としての役割も担っています。

学校給食の目標

※「学校給食法」第2条より
抜粋・要約

1 適切な栄養の摂取による健康の保持増進。	2 食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営む判断力や望ましい食習慣を養う。	3 明るい社会性と協同の精神を養う。
4 自然の恩恵への理解を深め、生命、自然を尊重する精神や環境の保全に寄与する態度を養う。	5 食生活が多くの人の勤労に支えられていることを理解し、感謝する。	6 伝統的な食文化を理解する。
7 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。		

学校給食の内容

- ・主食
ごはん：週3回
パン：週1～2回 食パン、ロールパンなどが出ます。
めん：月2回 中華めん、うどん、ソフトめんがあります。
- ・牛乳：毎日1本（200ml）飲みます。成長期に必要なカルシウムやたんぱく質がたくさん含まれています。
- ・副食
文部科学省で決められた学校給食摂取基準に基づき、成長期に必要な栄養がとれるよう献立を作ります。新鮮で安全な食材を使用し、旬の食材を取り入れています。また、地産地消を進めるため、地元の食材を使用するよう心がけています。
- ・給食回数
各学年、年間180回を予定しています。
- ・給食費
小学校：月額4,900円、中学校：月額5,900円（4月～2月徴収）です。一食あたり小学校：299.44円、中学校360.55円です。
- ・市の物価高騰対策
物価高騰により給食の食材費も上昇している中、保護者の負担を増やすことなく、これまで通りの給食を実施するため、令和7年4月から令和8年3月まで国の地方創生臨時交付金を活用して給食費の9%程度を市が負担しています。