

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っております。1年間、よろしくお願い致します。

## アレルギー表示について

★令和7年度からの献立表について

食品表示法の一部改正により、特定原材料表示義務に「くるみ」、表示推奨に「マカダミアナッツ」が追加され「まつたけ」が削除となりました。

### 改正前

|            |  |
|------------|--|
| 表示義務 (7品目) | 卵・乳・小麦・えび・かに・落花生(ピーナッツ)・そば   |
| 表示推奨(21品目) | いくら・キウイ・くるみ・大豆・バナナ・やまいも・カシューナッツ・もも・ごま・さば・さけ・いか・鶏肉・りんご・まつたけ・あわび・オレンジ・牛肉・ゼラチン・豚肉・アーモンド |

### 改正後

|            |  |
|------------|--|
| 表示義務 (8品目) | 卵・乳・小麦・えび・かに・落花生・そば・くるみ  |
| 表示推奨(20品目) | いくら・キウイフルーツ・大豆・バナナ・やまいも・カシューナッツ・もも・ごま・さば・さけ・いか・鶏肉・りんご・マカダミアナッツ・あわび・オレンジ・牛肉・ゼラチン・豚肉・アーモンド |

★詳細献立表では、食品名の後ろ( )内にアレルギーを表示しています。

アレルギーは、表示の義務があるもの・表示が推奨されているものを合わせて28品目の表示をしています。

※海藻類(もずく等)・小魚(チリメン等)・二枚貝(あさり等)は漁獲時などに、えび・かにが混入している可能性があります。

★コンタミネーション(食品を生産する際に、原材料として使用していないにもかかわらずアレルギー物質が微量混入すること)については記載しておりません。詳細については給食センターまでお問い合わせください。

★揚げ物に使用する油は、3~4回程度、同一の油を使用しています。

★自己管理能力をつけるために、献立表が届きましたら、お子さんと一緒に確認しましょう。そして、当日の朝にも家庭で確認して登校しましょう。

★給食では、「ぬちまーす」さんから「ぬちまーす」、「龍華」さんから「ラード」を寄贈していただいで使用しています。

★材料、その他の都合により献立を変更することがあります。

★給食費は、期限内に納めましょう。

## 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、健康に良い食事や食文化、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。



### 食べているときは…



### 学校給食の目標のポイント

※「学校給食法」  
第二条より  
抜粋・要約

- 適切な栄養の摂取による健康の保持増進。
- 食事について正しい理解を深め、健全な食生活を育む判断力や望ましい食習慣を養う。
- 明るい社会性と協同の精神を養う。
- 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。
- 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。
- 伝統的な食文化を理解する。
- 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。

## ご家庭へのお願い

給食では旬の食材を取り入れています。骨のある魚、皮付きの果物など、食べるのにひと手間かかるものは面倒だからと敬遠されがちです。食べ方がわからない場合もありますので、ご家庭でも食べ方を教えていただければと思います。また、給食で初めて食べる食品でアレルギー症状が出ることがあります。献立表を確認いただき、食べたことのない食品がある場合は、ご家庭で事前に試していただくと安心です。



きゅうしょく、はじ  
給食が始まります!  
あせらずに、よくかんで味わって  
いただきます。

|               |       |          |       |        |    |        |      |         |
|---------------|-------|----------|-------|--------|----|--------|------|---------|
| 1食当たりの栄養価 基準値 | エネルギー | 650 Kcal | たんぱく質 | 21~33g | 脂質 | 14~22g | 炭水化物 | 81~106g |
|---------------|-------|----------|-------|--------|----|--------|------|---------|

|                  | 日                                 | 献立名                             | 黄(き)の食品                                     | 赤(あか)の食品                              | 緑(みどり)の食品   | その他調味料など   | 揚げ油 |
|------------------|-----------------------------------|---------------------------------|---|---------------------------------------|---|--|-----|
|                  |                                   |                                 | エネルギーになる                                    | 体をつくる                                 | 体の調子を整える  |  |     |
|                  |                                   |                                 | 炭水化物・脂質                                     | たんぱく質・無機質                             | ビタミン・無機質  |  |     |
| 入学式<br>1年生<br>欠食 | 9日<br>(水)                         | 牛乳                              |   | 牛乳                                    |   |  |     |
|                  |                                   | 黒米ごはん                           | 米 黒米  |                                       |   |  |     |
|                  |                                   | 中身汁                             |   | 豚中身 豚肉                                | 椎茸 こんにゃく ねぎ 生姜  | 酒 花かつお<br>ポークフィヨン(鶏・豚)<br>醤油(小麦・大豆)<br>ぬちまーす         |     |
|                  |                                   | 魚の西京焼き                          | 三温糖   | ホキ<br>甘口白みそ(大豆)                       |   | ぬちまーす 酒<br>みりん                                       |     |
|                  |                                   | 千切りイリチー                         | 三温糖 こめ油                                     | 豚肉 昆布<br>ちきあげ(大豆)                     | 角切大根 人参<br>こんにゃく  | 醤油(小麦・大豆)<br>みりん ポークフィヨン<br>(鶏・豚) ぬちまーす              |     |
|                  |                                   | お祝いデザート                         | お祝いデザート                                     |                                       |   |  |     |
|                  |                                   | 一食当たりの栄養価                       | I礼拝 - 594 kcal                              | たんぱく質 30.2 g                          | 脂質 13.5 g   | 炭水化物 84.4 g  |     |
| あげな小・天願小<br>入学式  | 10日<br>(木)                        | 牛乳                              |   | 牛乳                                    |   |  |     |
|                  |                                   | ミートスパゲティー                       | スパゲティー(小麦)<br>三温糖 こめ油                       | 豚ひき肉 豚レバー<br>そぼろ大豆                    | 玉ねぎ 人参<br>マッシュルーム<br>きくらげ ピーマン<br>セロリ 生姜 にんにく<br>トマト缶                       | ケチャップ<br>トマトソース(大豆)<br>デミグラスソース<br>(小麦・鶏)<br>ウスターソース |     |
|                  |                                   | とり肉のマーマレード焼き                    | マーマレード                                      | 鶏肉                                    | レモン果汁   | ぬちまーす 白ワイン<br>薄口醤油(小麦・大豆)                            |     |
|                  |                                   | ごぼうとコーンのサラダ                     | 三温糖 エッグケアマヨ<br>ネーズ(大豆)<br>白すりごま 白ごま         |                                       | ごぼう きゅうり 人参<br>コーン  | 醤油(小麦・大豆)<br>特濃酢(小麦)<br>ぬちまーす                        |     |
|                  |                                   | お祝いデザート(1年生のみ)                  | お祝いデザート                                     |                                       |   |  |     |
|                  |                                   | 一食当たりの栄養価                       | I礼拝 - 511 kcal                              | たんぱく質 24.7 g                          | 脂質 23.4 g   | 炭水化物 49.6 g  |     |
| 11日<br>(金)       | 牛乳                                |                                 | 牛乳  |                                       |   |  |     |
|                  | ゆかりごはん                            | 米                               |   | ゆかり粉                                  |   |  |     |
|                  | 春野菜のみそ汁                           |                                 | わかめ 赤みそ(大豆)<br>白みそ(大豆)                      | きゃべつ 玉ねぎ 人参<br>えのき                    | 花かつお  |  |     |
|                  | 花型豆腐ハンバーグ                         |                                 | 花型豆腐ハンバーグ<br>(大豆・鶏)                         |                                       |   |  |     |
|                  | じゃがいもと野菜の炒め物                      | じゃがいも こめ油                       | 豚肉  | 大根 玉ねぎ 人参<br>ピーマン                     | こしょう<br>醤油(小麦・大豆)<br>みりん ぬちまーす  |  |     |
|                  | お祝いデザート<br>(あげな小1年生・<br>天願小1年生のみ) | お祝いデザート                         |   |                                       |   |  |     |
| 一食当たりの栄養価        | I礼拝 - 532 kcal                    | たんぱく質 19.9 g                    | 脂質 12.9 g                                   | 炭水化物 81.4 g                           |   |  |     |
| 14日<br>(月)       | 牛乳                                |                                 | 牛乳  |                                       |   |  |     |
|                  | 麦ごはん                              | 米 無圧ペン麦                         |   |                                       |   |  |     |
|                  | ポークカレー                            | じゃがいも 小麦粉<br>マーガリン(乳・大豆)<br>こめ油 | 豚肉 豚レバー<br>そぼろ大豆 白花豆&白<br>いんげん豆ペースト<br>脱脂粉乳 | 人参 玉ねぎ ピーマン<br>裏ごしかぼちゃ<br>にんにく 生姜     | カレールー(小麦・牛・<br>鶏・大豆) カレー粉<br>チャツネ(りんご)<br>ウスターソース<br>ぬちまーす ポークフィヨ<br>ン(鶏・豚) |  |     |
|                  | パイン入りサラダ                          | 三温糖 オリーブ油                       |   | きゅうり きゃべつ<br>人参 コーン パイン缶<br>シークワーサー果汁 | 特濃酢(小麦)<br>ぬちまーす  |  |     |
|                  | 紅芋かりんとう                           | 紅芋 サラダ油 三温糖<br>黒糖 水あめ           |   |                                       |   |  |     |
|                  | 一食当たりの栄養価                         | I礼拝 - 700 kcal                  | たんぱく質 20.9 g                                | 脂質 16.9 g                             | 炭水化物 113.7 g  | 揚げ<br>①  |     |
| 15日<br>(火)       | 牛乳                                |                                 | 牛乳  |                                       |   |  |     |
|                  | クープジュシー                           | 米 こめ油                           | 豚肉 昆布 白かまぼこ                                 | 人参 椎茸                                 | 醤油(小麦・大豆)<br>薄口醤油(小麦・大豆)<br>みりん 酒 ぬちまーす<br>花かつお ポークフィヨ<br>ン(鶏・豚)            |  |     |
|                  | まぐろの香味焼き                          | 三温糖 ごま油                         | まぐろ   | 生姜 にんにく                               | 醤油(小麦・大豆) 酒<br>みりん  |  |     |
|                  | 酢みそあえ                             | 三温糖                             | 甘口白みそ(大豆)                                   | 大根 小松菜 人参<br>きゅうり                     | 酢(小麦) ぬちまーす   |  |     |
|                  | 一食当たりの栄養価                         | I礼拝 - 502 kcal                  | たんぱく質 27.4 g                                | 脂質 12.3 g                             | 炭水化物 67.9 g   |  |     |

| 日          | 献立名            | 黄(ぎ)の食品                         | 赤(あか)の食品   | 緑(みどり)の食品                               | その他調味料など  | 揚げ油 |         |
|------------|----------------|---------------------------------|--|---|---|-----|---------|
|            |                | エネルギーになる                        | 体をつくる  | 体の調子を整える                                |   |     |         |
|            |                | 炭水化物・脂質                         | たんぱく質・無機質  | ビタミン・無機質                                |   |     |         |
| 16日<br>(水) | 牛乳             |                                 | 牛乳   |   |   |     |         |
|            | ごはん            | 米                               |  |   |   |     |         |
|            | かき玉みそ汁         |                                 | 絹ごし豆腐(大豆)<br>卵 赤みそ(大豆)<br>白みそ(大豆)                    | 椎茸 人参 大根<br>小松菜                         | 花かつお  |     |         |
|            | 豚肉の生姜焼き        | 三温糖 こめ油                         | 豚肉   | 生姜                                      | 醤油(小麦・大豆)<br>みりん 酒  |     |         |
|            | こんにゃくの甘辛炒め     | 三温糖 こめ油                         | 鶏肉   | こんにゃく ごぼう<br>玉ねぎ いんげん 人参<br>にんにく 生姜     | 醤油(小麦・大豆)<br>みりん<br>七味唐辛子(ごま)                                   |     |         |
|            | 一食当たりの栄養価      | I礼ギ - 603 kcal                  | たんぱく質 26.1 g   | 脂質 19.2 g                               | 炭水化物 76.8 g   |     |         |
| 17日<br>(木) | 牛乳             |                                 | 牛乳   |   |   |     |         |
|            | コッペパン          | コッペパン<br>(小麦・乳・大豆)              |  |   |   |     |         |
|            | ベーコンキャベツスープ    |                                 | 無塩せきベーコン(豚)  | きゃべつ 玉ねぎ<br>セロリ 人参<br>ブロッコリー            | 白ワイン 豚がら<br>薄口醤油(小麦・大豆)<br>ぬちまーす こしょう                           |     |         |
|            | 魚の花園焼き         | エッグケアマヨネーズ<br>(大豆)              | ホキ チーズ(乳)  | ピーマン 赤パプリカ<br>黄パプリカ                     |   |     |         |
|            | アスパラソテー        | こめ油                             | 豚肉   | アスパラ 玉ねぎ<br>赤パプリカ 大根<br>コーン にんにく        | 醤油(小麦・大豆)<br>ぬちまーす こしょう   |     |         |
|            | くだもの           |                                 |  | オレンジ(予定)                                |   |     |         |
| 一食当たりの栄養価  | I礼ギ - 586 kcal | たんぱく質 28.2 g                    | 脂質 22.6 g  | 炭水化物 64.7 g                             |   |     |         |
| 18日<br>(金) | 牛乳             |                                 | 牛乳   |   |   |     |         |
|            | ごはん            | 米                               |  |   |   |     |         |
|            | 麻婆大根           | 三温糖 でん粉 ごま油<br>こめ油              | 豚ひき肉 豚レバー<br>そぼろ大豆<br>豆腐(大豆)<br>赤だし(大豆・鶏)<br>赤みそ(大豆) | にんにく 生姜 大根<br>人参 玉ねぎ たけのこ<br>あお豆(大豆) 椎茸 | テンメンジャン(大豆・<br>ごま・小麦) 豆板醤<br>ポークフィヨン(鶏・豚)<br>醤油(小麦・大豆)<br>ぬちまーす |     |         |
|            | 春巻き            | 米粉入り春巻き(小麦・大豆・豚)                |  |   |   |     | 揚げ<br>② |
|            |                | サラダ油                            |  |   |   |     |         |
|            | 中華あえ           | 白ごま 三温糖 ごま油                     |  | きゅうり きゃべつ<br>もやし 人参                     | 醤油(小麦・大豆)<br>特濃酢(小麦)<br>ぬちまーす                                   |     |         |
| 一食当たりの栄養価  | I礼ギ - 705 kcal | たんぱく質 23.2 g                    | 脂質 27.5 g  | 炭水化物 88.5 g                             |   |     |         |
| 21日<br>(月) | 牛乳             |                                 | 牛乳   |   |   |     |         |
|            | ごはん            | 米                               |  |   |   |     |         |
|            | じゃがいものみそ汁      | じゃがいも                           | 豆腐(大豆) わかめ<br>赤みそ(大豆)<br>白みそ(大豆)                     | 玉ねぎ 人参 長ねぎ<br>しめじ                       | 花かつお  |     |         |
|            | 魚の黒糖生姜焼き       | 黒糖 はちみつ                         | まぐろ  | 生姜                                      | 醤油(小麦・大豆)<br>みりん ぬちまーす 酒  |     |         |
|            | 大根炒め           | 三温糖 こめ油                         | 豚肉 ちきあげ(大豆)<br>昆布                                    | 大根 人参 こんにゃく<br>いんげん                     | 醤油(小麦・大豆)<br>みりん ぬちまーす<br>ポークフィヨン(鶏・豚)                          |     |         |
|            | 一食当たりの栄養価      | I礼ギ - 536 kcal                  | たんぱく質 27.2 g   | 脂質 10.8 g                               | 炭水化物 79.4 g   |     |         |
| 22日<br>(火) | 牛乳             |                                 | 牛乳   |   |   |     |         |
|            | コッペパン          | コッペパン<br>(小麦・乳・大豆)              |  |   |   |     |         |
|            | キャベツのクリーム煮     | じゃがいも 小麦粉<br>マーガリン(乳・大豆)<br>こめ油 | 鶏肉 白花豆&白いんげ<br>ん豆ペースト 脱脂粉乳<br>生クリーム(乳)               | きゃべつ 人参 玉ねぎ<br>マッシュルーム                  | 白ワイン<br>チキンフィヨン(鶏)<br>ぬちまーす こしょう                                |     |         |
|            | 3色野菜ソテー        | こめ油                             | 無塩せきウィンナー<br>(豚)                                     | ブロッコリー コーン<br>大根 赤パプリカ<br>しめじ           | 醤油(小麦・大豆)<br>ぬちまーす こしょう   |     |         |
|            | くだもの           |                                 |  | 清見みかん(予定)                               |   |     |         |
|            | 一食当たりの栄養価      | I礼ギ - 596 kcal                  | たんぱく質 23.8 g   | 脂質 19.8 g                               | 炭水化物 80.3 g   |     |         |

| 日          | 献立名            | 黄(ぎ)の食品                             |                                  | 赤(あか)の食品                         |   | 緑(みどり)の食品                                  |                         | その他調味料など | 揚げ油 |
|------------|----------------|-------------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|---|--|-------------------------|----------|-----|
|            |                | エネルギーになる                            |                                  | 体をつくる                            |   | 体の調子を整える                                   |                         |          |     |
|            |                | 炭水化物・脂質                             |                                  | たんぱく質・無機質                        |   | ビタミン・無機質                                   |                         |          |     |
| 23日<br>(水) | 牛乳             |                                     |                                  | 牛乳                               |   |  |                         |          |     |
|            | ごはん            | 米                                   |                                  |                                  |   |  |                         |          |     |
|            | 肉みそ            | ビ<br>ン<br>バ                         | 三温糖 こめ油                          | 牛ひき肉 豚ひき肉<br>そぼろ大豆<br>赤みそ(大豆)    | きくらげ 生姜<br>にんにく   | 醤油(小麦・大豆)<br>みりん 豆板醤                       |                         |          |     |
|            | ナムル            |                                     | 白ごま ごま油 三温糖                      |                                  | もやし 小松菜 人参  | ぬちまーす<br>醤油(小麦・大豆)<br>酢(小麦)                |                         |          |     |
|            | わかめスープ         |                                     | ごま油                              | わかめ                              | 大根 人参 長ねぎ   | 薄口醤油(小麦・大豆)<br>ぬちまーす<br>チキンフイヨン(鶏)<br>花かつお |                         |          |     |
|            | 一食当たりの栄養価      |                                     | I礼キ - 540 kcal                   | たんぱく質 20.8 g                     | 脂質 16.7 g   | 炭水化物 73.1 g                                |                         |          |     |
| 24日<br>(木) | 牛乳             |                                     |                                  | 牛乳                               |   |  |                         |          |     |
|            | たけのこごはん        | 米 無圧パン麦 こめ油                         | 鶏肉 油揚げ(大豆)<br>そぼろ大豆              | 人参 椎茸 たけのこ                       | 花かつお<br>醤油(小麦・大豆)<br>薄口醤油(小麦・大豆)<br>みりん 酒 ぬちまーす<br>チキンフイヨン(鶏) |  |                         |          |     |
|            | 厚焼き卵           |                                     | 厚焼き卵(卵・さば)                       |                                  |   |  |                         |          |     |
|            | 野菜の和風マヨあえ      | 白すりごま 三温糖<br>エッグケアマヨネーズ<br>(大豆) ごま油 | 糸けすり                             | きゃべつ 小松菜<br>きゅうり 人参 コーン          | 醤油(小麦・大豆)<br>ぬちまーす  |  |                         |          |     |
|            | 一食当たりの栄養価      | I礼キ - 600 kcal                      | たんぱく質 25.3 g                     | 脂質 23.4 g                        | 炭水化物 69.4 g   |  |                         |          |     |
| 25日<br>(金) | 牛乳             |                                     |                                  | 牛乳                               |   |  |                         |          |     |
|            | 中華めん           | み<br>そ<br>ら<br>ー<br>め<br>ん          | 中華めん(小麦・大豆)                      |                                  |   |  |                         |          |     |
|            | みそラーメン<br>(汁)  |                                     | こめ油 ごま油                          | 豚肉 なんと わかめ<br>赤みそ(大豆)<br>白みそ(大豆) | もやし 人参 椎茸<br>たけのこ 長ねぎ<br>にんにく 生姜                              | ぬちまーす 酒 みりん<br>ポークフイヨン(鶏・豚)<br>花かつお 豚がら    | 揚げ③<br>・小麦<br>・大豆<br>・豚 |          |     |
|            | 魚の甘酢あんかけ       | 小麦粉 でん粉<br>サラダ油 三温糖                 | ホキ                               | 玉ねぎ あお豆(大豆)                      | ケチャップ 酢(小麦)   |  |                         |          |     |
|            | 野菜のオイスターソース炒め  | 三温糖 こめ油                             | 鶏肉 厚揚げ(大豆)                       | ブロッコリー きゃべつ<br>玉ねぎ 人参 きくらげ       | 醤油(小麦・大豆)<br>オイスターソース(大豆)<br>みりん ぬちまーす                        |  |                         |          |     |
|            | 一食当たりの栄養価      | I礼キ - 603 kcal                      | たんぱく質 32.5 g                     | 脂質 20.1 g                        | 炭水化物 69.2 g   |  |                         |          |     |
| 28日<br>(月) | 牛乳             |                                     |                                  | 牛乳                               |   |  |                         |          |     |
|            | ごはん            | も<br>ず<br>く<br>丼                    | 米                                |                                  |   |  |                         |          |     |
|            | もずく丼の具         |                                     | こめ油 三温糖 でん粉                      | もずく 豚ひき肉<br>豚レバー そぼろ大豆           | 玉ねぎ 人参 小松菜<br>生姜 にんにく   | 豆板醤 花かつお<br>醤油(小麦・大豆)<br>みりん 酒             |                         |          |     |
|            | さつまい           | さつまいも                               | 鶏肉 油揚げ(大豆)<br>赤みそ(大豆)<br>白みそ(大豆) | 大根 ごぼう<br>こんにゃく 長ねぎ              | 花かつお  |  |                         |          |     |
|            | くだもの           |                                     |                                  | 清見みかん(予定)                        |   |  |                         |          |     |
| 一食当たりの栄養価  | I礼キ - 552 kcal | たんぱく質 21.2 g                        | 脂質 12.5 g                        | 炭水化物 85.6 g                      |   |  |                         |          |     |
| 30日<br>(水) | 牛乳             |                                     |                                  | 牛乳                               |   |  |                         |          |     |
|            | ごはん            | 米                                   |                                  |                                  |   |  |                         |          |     |
|            | コーンと卵の中華スープ    | でん粉                                 | 鶏肉<br>絹ごし豆腐(大豆)<br>卵             | クリームコーン コーン<br>玉ねぎ               | 薄口醤油(小麦・大豆)<br>酒 豚がら<br>チキンフイヨン(鶏)<br>ぬちまーす                   | 揚げ④<br>・小麦<br>・大豆<br>・豚                    |                         |          |     |
|            | きびなごのレモンソースかけ  | 小麦粉 でん粉<br>サラダ油 三温糖                 | きびなご                             | レモン果汁                            | 薄口醤油(小麦・大豆)<br>酢(小麦) ぬちまーす                                    |  |                         |          |     |
|            | ひじきサラダ         | 三温糖 ごま油 白ごま<br>白ねりごま                | ひじき ツナ<br>白みそ(大豆)                | もやし きゅうり<br>小松菜 黄パプリカ<br>赤パプリカ   | 醤油(小麦・大豆)<br>酢(小麦)  |  |                         |          |     |
|            | 一食当たりの栄養価      | I礼キ - 594 kcal                      | たんぱく質 25.5 g                     | 脂質 17.9 g                        | 炭水化物 79 g   |  |                         |          |     |



給食を食べるときは、以下のことに気をつけましょう。

