

令和7年度 4 月 給 食 献 立 予 定 表 富士市立吉原北中学校

日	献立名	アレルギー	主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる		その他の食品	エネルギー (kcal)
			たんぱく質	無機質	カロテン	ビタミンC・食物繊維	炭水化物	脂質		たんぱく質 (g)
										脂質 (g)
9 (水)	牛乳	乳		牛乳						865
	マーガリンパン	小麦 乳					マーガリンパン			
	コーンシチュー	鶏肉 乳	鶏肉	牛乳 チーズ	にんじん パセリ	たまねぎ コーン	じゃがいも 油	バター	塩 こしょう ワイン	31.9
	ツナサラダ	小麦	まぐろツナ	脱脂粉乳	にんじん	キャベツ きゅうり	小麦粉		塩 ドレッシング	36.6
10 (木)	りんごゼリー	りんご					ゼリー			
	牛乳	乳		牛乳						745
	ソフト麺	小麦					ソフト麺			
	ミートソース	豚肉 乳 大豆	豚肉	チーズ	トマト	たまねぎ マッシュルーム	小麦粉	バター 油	塩 こしょう ローレル フイヨン	34.4
11 (金)	鶏肉 小麦	大豆	大豆		にんじん	にんにく	オリーブオイル	ケチャップ	ワイン ソース	23.5
	コーンスローサラダ				にんじん	キャベツ きゅうり コーン		ドレッシング	塩	
給食はありません。お弁当を持ってきてください。										
14 (月)	牛乳 *ふるさと給食の日*	乳		牛乳						756
	食パン	小麦 乳					パン			
	りんごジャム	りんご					ジャム			29.5
	大豆コロッケ	大豆 小麦					大豆コロッケ	油		
15 (火)	塩キャベツ					キャベツ			塩	34.5
	だけのご入りポトフ	豚肉 鶏肉	鶏肉 ウインナー		にんじん かぶ菜	だけのご から菜 たまねぎ ひらたけ		油	フイヨン こしょう 塩 しょうゆ	
	牛乳	乳		牛乳						734
	ポークカレー	豚肉 鶏肉	豚肉		にんじん	たまねぎ りんご	ごはん	じゃがいも 油	塩 チャツネ ソース	26.9
16 (水)	コーンサラダ	小麦 大豆 りんご			にんじん	しょうが にんにく	カレーうどん	ドレッシング	塩	21.7
	牛乳	乳		牛乳						765
	肉丼	豚肉	豚肉		にんじん	たまねぎ しらたき	ごはん		酒 しょうゆ	33.5
	ちりめん入りおひだし		かまぼこ		さやいんげん		砂糖		みりん	17.1
17 (木)	ヨーグルト	乳		ヨーグルト		キャベツ			しょうゆ	

記載されている栄養価は、2年生の数値です。

*食物アレルギーなどで食品の確認が必要な場合は、学校にお問い合わせください。

○富士市では、国のアレルギー表示基準に基づき、下記の28食品を『アレルギー』欄に記載します。
卵 乳 小麦 そば 落花生 えび かに くるみ あわび いか いくら オレンジ キウイフルーツ 牛肉 さけ さば
大豆 鶏肉 豚肉 マカダミアナッツ もも やまいも りんご ゼラチン バナナ カシューナッツ ごま アーモンド
*次の()内由来のアレルギーについては、アレルギー症状をおこしにくいと、アレルギーを表示しません。
小麦(しょうゆ、酢、みそ) 大豆(大豆油、しょうゆ、みそ) ごま(ごま油) 魚類(鰹だし、鰯だし、鯖だしなど)

入学、進級おめでとうございます

暖かな春の陽気と共に、新学期が始まりました。学校給食は、栄養のバランスがとれた食事を先生や友達と仲良く食べ、心がふれあう中で健康と身体の向上を図ろうとするものです。食べることは、単に「体を成長させる」「健康を保つ」ということだけでなく、心を豊かにする役割もあります。心身共に健康な子供の成長のために、家庭と学校が連携して食育を進めていきたいと思います。

お知らせ

- 給食費保護者負担金について
1食あたりの額(354円)に年間給食実施回数180回を乗じた額を全6期に分けて奇数月の25日(土日祝の場合は金融機関の営業日)に徴収します。(1食あたり354円×給食年間回数180回=63,720円 6期に分けて奇数月に10,620円を徴収)
給食費保護者負担金は、食材料費のみに使われ、光熱水費、設備費、人件費は、市が負担しています。
- 毎日、家庭から持参した「はし」を使います。忘れないようお願いいたします。
- 長期に欠席する場合は、早めに担任にお知らせください。保護者から「給食停止願」の提出があった日の3日後から、5日以上連続して欠食した場合は、提出3日後より欠食日数分を第6期の徴収額から減額します。(土・日・祝日を除く)
- 天候や出荷状況により使用する野菜・果物の種類が変更になることがあります。
- 天候等により、主食(米飯・パン・麺)の提供を中止した際には、給食費を減額することなく、その後の食材費に充てさせていただきます。

日	献立名	アレルギー	主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる		その他の食品	エネルギー (kcal)
			たんぱく質	無機質	カロテン	ビタミンC・食物繊維	炭水化物	脂質		
17 (木)	牛乳	乳		牛乳						720
	ごはん						ごはん			
	麻婆豆腐	豚肉 鶏肉	豆腐 豚肉		にんじん	たけのこ たまねぎ	砂糖	ごま油	塩 こしょう 酒 しょうゆ	31.3
	大豆		みそ		葉ねぎ	しいたけ しょうが にんにく	でん粉		ガラスープ 豆板醤	
	中華サラダ	鶏肉	鶏肉		にんじん	もやし	春雨		ドレッシング 塩 しょうゆ	19.1
						きゅうり				
18 (金)	牛乳	乳		牛乳						732
	ロールパン	小麦 乳					パン			
	ブルーベリージャム						ジャム			
	豚肉のケチャップあえ	豚肉	豚肉		にんじん	ピーマン	しょうが にんにく	でん粉 砂糖	しょうゆ 酒 ソース ケチャップ ワイン	33.4
	じゃがいも入り野菜スープ	鶏肉	鶏肉		ほうれんそう	キャベツ	じゃがいも		鰯だし フイヨン 酒	24.1
					にんじん	コーン			塩 こしょう しょうゆ	
21 (月)	牛乳 *ふるさと給食の日*	乳		牛乳						735
	親子丼	鶏肉 卵	卵 鶏肉		にんじん	たまねぎ	しいたけ	砂糖	酒 みりん	33.1
	かぶときゅうりの即席漬け	ごま	かまぼこ		葉ねぎ	かぶ根	きゅうり		塩 しょうゆ	
22 (火)	牛乳	乳		牛乳						741
	ソフト麺	小麦					ソフト麺			
	ポテトバーコンクリームソース	豚肉 鶏肉 乳	鶏肉 チーズ	牛乳 チーズ	にんじん	たまねぎ	コーン	じゃがいも	塩 こしょう ワイン	30.4
	海そうサラダ	小麦	ベーコン	脱脂粉乳	パセリ	マッシュルーム	にんにく	小麦粉	バター	
				海そう	にんじん	キャベツ	きゅうり	生クリーム	フイヨン ローレル	25.7
									塩 ドレッシング	
23 (水)	牛乳	乳		牛乳						720
	食パン いちごジャム	パン小麦 乳					パン ジャム			
	鶏肉と大豆の甘辛和え	大豆 鶏肉	鶏肉 大豆		にんじん	しょうが	でん粉	油	しょうゆ 酒	30.9
	キャベツとベーコンのスープ	鶏肉 豚肉	鶏レバーでん粉付き		ピーマン		砂糖		みりん	
	ぶどうゼリー	鶏肉 豚肉	ベーコン		こまつな にんじん	キャベツ	たまねぎ	じゃがいも	鰯だし しょうゆ	25.1
							ゼリー		フイヨン しょうゆ	
24 (木)	牛乳 コーヒー牛乳のもと	乳		牛乳			ミルク			732
	ドライカレー	豚肉 乳 大豆	豚肉	チーズ	にんじん	たまねぎ	ごはん	カレー粉	塩 カレー粉 フイヨン	28.4
	イタリアンサラダ	鶏肉 小麦 りんご	大豆 豚レバー		トマト	しょうが にんにく			こしょう チャツネ ソース	20.6
25 (金)	牛乳	乳		牛乳						720
	ごはん						ごはん			
	めばるのフライ(ソース)	大豆 小麦	めばるフライ				油		ソース	27.9
	ハムサラダ	豚肉	ハム			キャベツ きゅうり たまねぎ	ドレッシング		塩	
	春雨スープ	鶏肉 豚肉	鶏肉		チンゲンサイ	えのきだけ	春雨		鰯だし ガラスープ	21.5
					にんじん	きくらげ	でん粉		塩 こしょう しょうゆ	
28 (月)	牛乳	乳		牛乳						705
	ロールパン	小麦 乳					マーガリンパン			
	ハンバーグのケチャップソースがけ	豚肉 鶏肉 大豆	ハンバーグ				砂糖		ケチャップ ソース ワイン	29.2
	ブレンヂサラダ	豚肉 鶏肉	ベーコン		にんじん	キャベツ	きゅうり		ドレッシング 塩	
	ひよこ豆入り野菜スープ	鶏肉			ほうれんそう		じゃがいも		鰯だし フイヨン 塩	24.2
					にんじん		ひよこ豆		酒 こしょう しょうゆ	
30 (水)	牛乳	乳		牛乳						730
	ごはん						ごはん			
	鶏肉のから揚げ	鶏肉	鶏肉			しょうが	でん粉	油	塩 こしょう しょうゆ 酒	29.9
	塩もみ野菜					キャベツ	きゅうり		塩	
	真だくさんのみそ汁	大豆	豆腐 みそ 油揚げ		にんじん こまつな	だいこん ごぼう ひらたけ	じゃがいも		鰯だし	19.9
	小魚		小魚							

記載されている栄養価は、2年生の数値です。

*食物アレルギーなどで食品の確認が必要な場合は、学校にお問い合わせください。

<ふるさと給食の日>

子供たちが年間を通して地元の食文化に親しむ機会とするため、月に数回地場産物や郷土料理を紹介する「ふるさと給食の日」を実施します。

今月は、富士市のかぶや、県内産のたけのこを使った献立が登場します。

<献立表の形式>

献立表は、どの料理にどの食品が使われているかがわかるように、料理ごと、使用食品を6つの基礎食品群に分けて表示しています。

加工食品については、一番多く入っている食材の栄養素で分類しています。

毎月19日～23日は
ふじのくに地産地消週間毎月19日は
食育の日毎月23日は
ふじのくに
地産地消の日地域の産物の地産地消を
心掛けましょう