

# 4月 給食だより



令和6年 4月  
池田市立学校給食センター

ご入学・ご進級 おめでとうございます。新年度がスタートしました！  
生活リズムをきちんと整えて、楽しい学校生活を送りましょう。

学校給食は、子どもたちの心身の健全な発達のために提供される、栄養バランスのとれた食事です。  
さらに、望ましい食習慣と、食に関する実践力を身につけさせるための「生きた教材」としての役割も担っています。  
今年度も楽しく、安全でおいしい給食をめざしてまいりますので、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

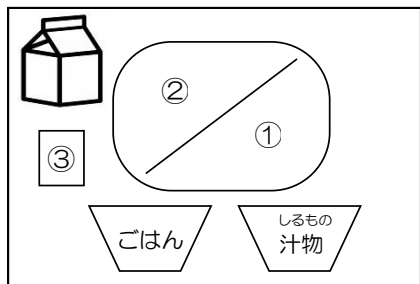


## 献立表の見方

献立名

11 (火)	
ごはん	
ぎゅうにゅう	
とうふのみそしる	
さばのしおやき	
きんぴらごぼう	
こんぶふりかけ	
精白米	75
普通牛乳	1本
豆腐	20
玉ねぎ	15
はくさい	15
人参	10
油揚げ	3
赤みそ	6
信州みそ	6.5
削り節	2
だし昆布	0.2
さば切身 (50g)	1コ
なたね油	1
精製塩	0.3
豚肉千切り	15
ささがきごぼう	25
人参	10
白すりごま	0.5
砂糖	0.8
濃口しょうゆ	2.5
なたね油	0.5
ごま油	0.5
昆布ふりかけ	1コ
	680 kcal
	29.1 g
	26.8 g

## 【盛り付け例】



**主食**  
毎週水曜日はパン、それ以外の日はおもにご飯が出ます。月に一回程度、混ぜご飯が出ます。

**牛乳**  
1本200ml(幼稚園 180ml)です。  
成長期に大切なカルシウムやたんぱく質を多く含んでいます。月に一回程度、はっ酵乳(アシドミルク、ジョア)が出ます。

**汁物・煮物(食缶)**  
献立表の牛乳の下に記載しているものです。

**おかず**  
※①②③の組み合わせは日によって異なります。  
①大バット(主菜:メイン料理)  
②小バット(副菜:サラダ、和えものなど)  
③個袋(ふりかけ、ジャム、デザートなど)

かくこんだて 各献立に 使用している 食品名と、 一人分の分量 (単位: g)

ひとりぶん 一人分の栄養価 (学校給食摂取基準 をもとに献立を作成しています。)



## 食物アレルギー対応

- えび、かに、そば、落花生は使用しません。ただし、製造ラインで使用している場合があります。
- パンと飲用牛乳の除去を実施しています。  
パン除去児童は「ナン」などの場合も、パンと同じ扱いなので食べられません。代わりの主食を持参していただきますようお願いいたします。(水曜日以外の場合もあります。)  
牛乳除去児童は「はっ酵乳(アシドミルク、ジョア)」の場合も、牛乳と同じ扱いなので飲みません。
- 副食(おかず)は、卵類(鶏卵・魚卵)の除去または代替品を調理し、専用の容器に入れた「除去副食」を実施しています。  
申し込まれている方には除去食の内容を記入した「除去副食献立表」をお渡ししています。
- 給食によるアレルギー事故を防止することを目的に、保護者・学校間でのアレルギー連絡用の献立表を作成しています。通常食用、除去副食用があり、申し込まれている方にはどちらかをお渡しします。
- 食べられない献立がある場合は、必ず学校園にご相談ください。

アレルギーをお持ちの方は、必ず献立表の確認をお願いします。

※パンや牛乳の除去、除去副食、アレルギー連絡用の献立表は、申し込みが必要です。  
※加工品の配合内容は毎月の献立表の「学校給食用半製品の材料」に掲載しています。

年間を通じて使用する、パン、ジャム類、調味料、加工食品の配合内容は、献立表とは別で冊子にして学校園に配布しています。  
必要とされる方は、学校園、または学校給食センターまでお申し出ください。  
※今年度より、アレルギー確認献立表をホームページに掲載しています。ご利用ください。  
(学校給食センター TEL: 072-751-8311・8312)



## 池田市の給食での取り組み

**<地産地消>**  
地産地消とは、地域で生産された農林水産物を、その地域で消費する取り組みのことです。池田市の給食のお米は、おもに大阪府豊能町産の「キヌヒカリ」です。炊き上がりが絹のように輝きがあるため、このような名前がつけました。お米のほかにも、「細河大根」や「スマイル玉ねぎ」など、池田市産の野菜が登場します。



**<食育の日>**  
毎月19日の食育の日には、池田市内の中学生が考えたメニューや全国の郷土料理、世界の料理などが登場します。

## <ホームページ・Instagram>

毎日の給食を、ホームページやInstagramで見ることができます。  
Instagramでは、調理場の様子や行事食についての動画を見ることができます。



ホームページ

Instagram