


令和6年



がっこうきゅうしょくこんだてよていひょう
学校給食献立予定表

湯河原町立東台福浦小学校

にち 日 よう 曜	こんだてめい	おもなしょくひん			エネルギー たんぱく質 脂質 塩分	こんだて メモ
		ねつ ちから 熱や力になる (黄)	ち にく 血や肉になる (赤)	からだちようし ととの 体の調子を整える (緑)		
10 水	チキンカレーライス ぎゅうにゅう コーンサラダ	こめ おおむぎ じゃがいも あぶら さとう バター こむぎこ	とりにく ぎゅうにゅう ベーコン	たまねぎ にんじん セロリ しょうが にんにく キャベツ とうもろこし きゅうり かんきつかじゅう	704Kcal 23.8g 27.3g 2.3g	
11 木	ロールパン ギゅうにゅう とりのからあげ はるキャベツのスープ	ロールパン でんぶん こむぎこ あぶら	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン	しょうが にんにく キャベツ たまねぎ にんじん こまつな	637Kcal 26.3g 33.6g 2.8g	
12 金	マーボーどんぶり ぎゅうにゅう はるさめスープ	こめ おおむぎ あぶら さとう でんぶん はるさめ ごまあぶら	ぶたにく とりにく とうふ みそ ぎゅうにゅう	にんにく しょうが にんじん たまねぎ ねぎ はくさい こまつな しいたけ	637Kcal 27.5g 21.9g 2.6g	
15 月	ごはん ギゅうにゅう あおなのふりかけ にくじゃが	こめ おおむぎ ごま あぶら じゃがいも さとう	ぎゅうにゅう かつおぶし ぶたにく こうやとうふ	こまつな たまねぎ にんじん しらたき さやいんげん	599Kcal 26.9g 17.3g 1.6g	
16 火	にくうどん ギゅうにゅう ちくわのいそべあげ きせつのかんきつるい	うどん あぶら さとう こむぎこ	ぶたにく かつおぶし さばぶし ぎゅうにゅう ちくわ たまご あおのり	しょうが にんじん ねぎ こまつな かんきつるい	539Kcal 24g 20.6g 2g	
17 水	やきとりどんぶり ぎゅうにゅう わかめのみそしる	こめ おおむぎ さとう あぶら みずあめ	とりにく たまご ぎゅうにゅう わかめ とうふ あぶらあげ みそ さばぶし かつおぶし	ねぎ えだまめ だいこん	633Kcal 29.6g 20.9g 2.6g	
18 木	ソフトフランスパン ぎゅうにゅう やさいのクリームに ひじきとまめのココロサラダ	ソフトフランスパン じゃがいも あぶら こむぎこ バター さとう	ぎゅうにゅう とりにく ひじき ハム	たまねぎ こまつな にんじん しめじ きゅうり えだまめ とうもろこし かんきつかじゅう	625Kcal 27.2g 23.3g 2.7g	
19 金	ごはん ギゅうにゅう つくねやき キャベツのこんぶあえ	こめ おおむぎ こむぎこ さとう でんぶん	ぎゅうにゅう とりにく とうふ だいず ひじき たまご こんぶ	たまねぎ にんじん しょうが キャベツ	536Kcal 26.1g 15.7g 0.9g	
22 月	チキンピラフ ギゅうにゅう ポトフ きせつのかんきつるい	こめ おおむぎ バター あぶら じゃがいも	とりにく ぎゅうにゅう ぶたにく	にんじん たまねぎ とうもろこし パセリ エリンギ だいこん キャベツ かんきつるい	588Kcal 23.8g 19g 2.5g	
23 火	やさいたっぷりタンメン ぎゅうにゅう おからとにんじんのケーキ	ラーメン あぶら さとう こむぎこ	ぶたにく ぎゅうにゅう おから たまご	キャベツ もやし ねぎ にんじん いら しょうが にんにく	515Kcal 18.5g 15.9g 2g	
24 水	たけのこのたきこみごはん ぎゅうにゅう とりにくのてりやき おひたし	こめ おおむぎ あぶら	とりにく あぶらあげ かつおぶし ぎゅうにゅう	たけのこ にんじん もやし こまつな	569Kcal 30.8g 22.1g 2.3g	
25 木	ピザドック ギゅうにゅう ABCスープ いちごヨーグルト	コッペパン あぶら さとう マカロニ	ウインナー チーズ ぎゅうにゅう とりにく いちごヨーグルト	たまねぎ ビーマン にんにく こまつな マッシュルーム キャベツ にんじん	554Kcal 25.3g 19.3g 2.8g	

にち 日 よ 曜	こんだてめい	おもなしょくひん			エネルギー たんぱく質 脂質 塩分	こんだて メモ
		ねつ ちから 熱や力になる (黄)	ち にく 血や肉になる (赤)	からだちようし との 体の調子を整える (緑)		
26 金	さかなのかばやきどんぶり ぎゅうにゅう けんちんじる	こめ おおむぎ こむぎこ でんぶん あぶら さとう ごま さといも ごまあぶら	あじぎゅうにゅう とうふ さばぶし かつおぶし	しょうが だいこん にんじん ごぼう こまつな こんにゃく	573Kcal 24.2g 16.7g 2.3g	
30 火	パンネのトマトソース ぎゅうにゅう やさいとチキンのサラダ	パンネ あぶら さとう バター	ぶたにく とりにく ひよこまめ ぎゅうにゅう	たまねぎ セロリ トマト キャベツ きゅうり にんじん かんきつかじゅう	508Kcal 24.5g 22g 1.7g	

※ 材料の都合により献立を変更することがあります。

湯河原産のかんきつ（果汁を
ふくむ）を使った日をお知らせ
します。



今年も給食が始まります!

~お知らせとおねがい~



学校給食について

今年度の給食実施回数は、182回です。子どもたちの心と体の健やかな成長を支えて
いくために、安全でおいしい給食をつくっていきます。

学校のホームページのブログに『今日の給食』を載せますので、ぜひご覧ください。

持ち物

- 給食袋に、ランチョンマット
- (給食当番) マスク
- (はみがきをしたい人) 歯ブラシ、コップ
を入れてください。

給食当番の白衣



給食当番で使用した白衣と帽子は、ご家庭
で洗濯・アイロンがけをして、週明けに学校
に持たせてください。ボタンが取れていたり、
ゴムが伸びているときには、補修をお願いし
ます。

白衣の代わりにご家庭で用意していただ
いたエプロンと三角巾を着用しても構いません。

1週間以上のお休みが分かっているとき

長い期間、学校をお休みすることが分かった場合には、給食を止めて、返金などの手続きをし
ますので、学級担任を通じてご連絡ください。

食物アレルギーなどの対応が必要になったとき

給食での食物アレルギー対応は、医師の診断書等が必要です。新たに発症した場合などは所定
の手続きをし、対応についての面談を行います。学級担任を通じてご連絡ください。



きゅうしょくのやくそく

給食を食べる前には手をせっけん
でしっかり洗ってください。



給食当番の人は白衣をきち
んと着ましょう。髪の毛が出
ないようにぼうしをしっかり
かぶり、マスクもきちんとつ
けてください。



できるだけ、好ききらい
をしないで、苦手なもので
もひと口挑戦してみてください。
みなさんには、いろ
いろな料理や食べ物のおい
しさをたくさん知ってもら
いたいです。

