



2024年

# 4月のこんだて

給食費口座振替日 **4月25日(木)**  
通帳残高を確認のうえ前日までに  
入金してください

西脇市立学校給食センター

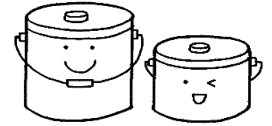
※西脇市は卵アレルギーのみポトル対応しています(献立表では対応食のあるメニューを塗りつぶし【ボ有】と表示しています)。

日	10日(水)	11日(木)	12日(金)	15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	
こんだて	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう やきとりふう たまねぎのすましじる こまつなのじゃこあえ <input type="checkbox"/> ミルメークコーヒー	<input type="checkbox"/> こくとうパン <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう かぼちゃコロッケ ミネストローネ ごぼうサラダ	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう ぶたにくのしおこじやき こんさいのみそしる かいそうサラダ	<input type="checkbox"/> パン <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう やきハンバーグ エリンギスープ コールスローサラダ	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう とりのからあげ キャベツのみそしる はくさいのおひたし	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> ジョア(マスカット) タコライス チンゲンサイのスープ きゅうりサラダ <input type="checkbox"/> さつまいもスティック	<input type="checkbox"/> パン <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう とりにくのバジルやき レタススープ さつまいもサラダ	<input type="checkbox"/> なめし <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう ★ さわらのカレーソース すましじる チンゲンサイの きんごまあえ	
おかずのないよう	<input type="checkbox"/> とりにく <input type="checkbox"/> ねぶかねぎ <input type="checkbox"/> さとう かたくりこ しょうゆ みりん さけ <input type="checkbox"/> とうふ <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> えのきたけ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> ねぎ しお だしこんぶ しょうゆ けずりぶし <input type="checkbox"/> ちりめんじゃこ <input type="checkbox"/> こまつな <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> ごまあぶら しょうゆ	<input type="checkbox"/> くらぎとう <input type="checkbox"/> かぼちゃコロッケ <input type="checkbox"/> あぶら <input type="checkbox"/> ポークハム だいず <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> たまねぎ にんじん <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> ダイストマト <input type="checkbox"/> バジルペースト <input type="checkbox"/> さとう あぶら <input type="checkbox"/> ケチャップ しょうゆ <input type="checkbox"/> コンソメスープ しお <input type="checkbox"/> とんかつソース <input type="checkbox"/> ツナ <input type="checkbox"/> ごぼう れんこん <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> ノンエッグマヨネーズ <input type="checkbox"/> さとう しょうゆ	<input type="checkbox"/> ぶたにく <input type="checkbox"/> しおこじ <input type="checkbox"/> あぶら <input type="checkbox"/> さけ しょうゆ <input type="checkbox"/> さつまいも <input type="checkbox"/> さといも <input type="checkbox"/> だいこん <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> ごぼう <input type="checkbox"/> ねぎ <input type="checkbox"/> みそ にぼし <input type="checkbox"/> わかめ <input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> コーン <input type="checkbox"/> ゆずしょうゆドレッシング <input type="checkbox"/> さとう しょうゆ	<input type="checkbox"/> ハンバーグ <input type="checkbox"/> さとう ケチャップ ワイン とんかつソース <input type="checkbox"/> ベーコン <input type="checkbox"/> エリンギ <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> パセリ <input type="checkbox"/> コンソメスープ しお <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> コーン <input type="checkbox"/> さとう フレンチドレッシング しょうゆ	<input type="checkbox"/> とりにく <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> こめこ <input type="checkbox"/> あぶら <input type="checkbox"/> しょうゆ さけ <input type="checkbox"/> あぶらあげ <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> ねぎ <input type="checkbox"/> みそ にぼし <input type="checkbox"/> ほうれんそう <input type="checkbox"/> かたぶし <input type="checkbox"/> さとう しょうゆ	<input type="checkbox"/> ぶたにくミンチ <input type="checkbox"/> だいずフレーク <input type="checkbox"/> たまねぎ にんにく <input type="checkbox"/> ダイストマト <input type="checkbox"/> あぶら <input type="checkbox"/> ケチャップ チリパウダー <input type="checkbox"/> ウスターソース <input type="checkbox"/> しょうゆ <input type="checkbox"/> ポークハム <input type="checkbox"/> にんじん たまねぎ <input type="checkbox"/> チンゲンサイ しょうが <input type="checkbox"/> ごまあぶら <input type="checkbox"/> しょうゆ しょうゆ <input type="checkbox"/> ちゅうかスープ <input type="checkbox"/> きゅうり キャベツ <input type="checkbox"/> にんじん コーン <input type="checkbox"/> ノンエッグマヨネーズ <input type="checkbox"/> りんごす しょうゆ <input type="checkbox"/> しょうゆ しお	<input type="checkbox"/> とりにく <input type="checkbox"/> バジルペースト <input type="checkbox"/> オリーブあぶら ワイン <input type="checkbox"/> しょうゆ しょうゆ <input type="checkbox"/> にくだんご <input type="checkbox"/> レタス <input type="checkbox"/> だいこん <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> コンソメスープ <input type="checkbox"/> しお しょうゆ <input type="checkbox"/> さつまいも <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> レモンかじゅう <input type="checkbox"/> ノンエッグマヨネーズ <input type="checkbox"/> しょうゆ しょうゆ	<input type="checkbox"/> なめしのもと <input type="checkbox"/> さわら <input type="checkbox"/> さとう あぶら <input type="checkbox"/> かたくりこ <input type="checkbox"/> しょうゆ さけ <input type="checkbox"/> みりん カレーこ <input type="checkbox"/> かまぼこ <input type="checkbox"/> だいこん <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> ねぎ <input type="checkbox"/> しお だしこんぶ <input type="checkbox"/> しょうゆ <input type="checkbox"/> けずりぶし <input type="checkbox"/> チンゲンサイ <input type="checkbox"/> えのきたけ <input type="checkbox"/> きんごま <input type="checkbox"/> ごまあぶら しょうゆ	
日	22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)	30日(火)【ボ有】			
こんだて	<input type="checkbox"/> パン <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう マカロニグラタン オニオンスープ こまつなの マヨネーズあえ	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> ジョア(ブレーン) チキンカレー うみとはたけのサラダ <input type="checkbox"/> おいしいちごぜりー	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう アスパラのあまからあげ ぶたじやが きゅうりのちゅうかつけ	<input type="checkbox"/> パン <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう チリコンカン ポトフ はるキャベツのサラダ	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう しょうゆラーメン きりぼしだいこんの あえもの <input type="checkbox"/> れいとうパイン	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう いわしのかばやき <b>かきたまじる</b> <input type="checkbox"/> プロックリーのごまあえ	<input type="checkbox"/> いわし <input type="checkbox"/> あぶら さとう <input type="checkbox"/> かたくりこ <input type="checkbox"/> しょうゆ さけ <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> たまご <input type="checkbox"/> とうふ <input type="checkbox"/> かまぼこ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> えのきたけ <input type="checkbox"/> ねぎ <input type="checkbox"/> かたくりこ <input type="checkbox"/> しょうゆ しお <input type="checkbox"/> だしこんぶ <input type="checkbox"/> けずりぶし <input type="checkbox"/> プロックリー <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> さとう しょうゆ	<div style="text-align: center;"> <p><b>入学・進級 おめでとうございます</b></p> </div>	
おかずのないよう	<input type="checkbox"/> とりにく <input type="checkbox"/> マカロニ <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> アスパラガス <input type="checkbox"/> にんじん コーン <input type="checkbox"/> マッシュルーム <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう <input type="checkbox"/> チーズ <input type="checkbox"/> パター こむぎこ <input type="checkbox"/> しお しょうゆ <input type="checkbox"/> ベーコン <input type="checkbox"/> たまねぎ にんじん <input type="checkbox"/> パセリ <input type="checkbox"/> しお しょうゆ チキンブイオン <input type="checkbox"/> しょうゆ コンソメスープ <input type="checkbox"/> ポークハム <input type="checkbox"/> こまつな キャベツ <input type="checkbox"/> ノンエッグマヨネーズ しょうゆ	<input type="checkbox"/> とりにく <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> しょうゆ <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> あぶら <input type="checkbox"/> カレールウ カレーこ <input type="checkbox"/> コンソメスープ <input type="checkbox"/> しょうゆ <input type="checkbox"/> とんかつソース <input type="checkbox"/> ツナ ひじき <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> にんじん コーン <input type="checkbox"/> ノンエッグごまドレッシング <input type="checkbox"/> しょうゆ <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; display: inline-block;"> <b>入学・進級 お祝いメニュー</b> </div>	<input type="checkbox"/> アスパラガス <input type="checkbox"/> ごぼう <input type="checkbox"/> かたくりこ <input type="checkbox"/> あぶら <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> みりん しょうゆ <input type="checkbox"/> ぶたにく <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> こんにやく <input type="checkbox"/> あぶら <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> しょうゆ みりん <input type="checkbox"/> にぼし さけ <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> ごまあぶら <input type="checkbox"/> しょうゆ しお す	<input type="checkbox"/> ぎゅうにくミンチ <input type="checkbox"/> ぶたにくミンチ <input type="checkbox"/> だいず だいずフレーク <input type="checkbox"/> たまねぎ ダイストマト <input type="checkbox"/> にんにく バジルペースト <input type="checkbox"/> さとう あぶら <input type="checkbox"/> ケチャップ チリパウダー <input type="checkbox"/> ウスターソース しょうゆ <input type="checkbox"/> ウイナー <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> だいこん たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん しめじ <input type="checkbox"/> しょうゆ しお コンソメスープ <input type="checkbox"/> はるキャベツ <input type="checkbox"/> きゅうり にんじん <input type="checkbox"/> さとう オリーブあぶら <input type="checkbox"/> りんごす しょうゆ しお しょうゆ	<input type="checkbox"/> やきぶた <input type="checkbox"/> ちゃんぽんめん <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> ねぎ <input type="checkbox"/> ごまあぶら <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> にぼし <input type="checkbox"/> ポークブイオン <input type="checkbox"/> しょうゆ しょうゆ <input type="checkbox"/> さけ しお <input type="checkbox"/> きりぼしだいこん <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> コーン <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> ゆずしょうゆドレッシング しょうゆ				



小学校 低学年(1~3年)	
概算納付額	1食単価
<b>3,900円</b>	<b>230円</b>
小学校 高学年(4~6年)	
概算納付額	1食単価
<b>4,100円</b>	<b>243円</b>
中学校	
概算納付額	1食単価
<b>4,400円</b>	<b>275円</b>

※児童・生徒の副食材料費については、一部市が助成しています。



※都合により食材が変更となる場合があります。  
印...おもにからだをつくるものになるしよくひん  
印...おもにエネルギーのもとになるしよくひん  
印...おもにからだのちようしをととのえるものになるしよくひん  
 ★印...あたらしいメニュー  
 印...かみかみメニュー

4月の平均栄養供給量 ( )は文部科学省基準

	小学校	中学校
エネルギー	599kcal (650)	759kcal (830)
たんぱくしつ	23.6g (26.8)	28.8g (34.3)

~ 今月使用する西脇市産の食材 ~

こめ

きんごま

さつまいも

ねぶかねぎ

ねぎ

給食では、西脇ファーマーズブランド\*の農産物も積極的に使用しています。  
 ※西脇市の環境に配慮した栽培方法で生産した農産物

## 4月の給食目標 「給食の準備・後片づけを覚えよう」

給食当番の身支度・準備

### 6つのポイント

- 1 つめは短く切る
- 2 エプロンはせいけつに
- 3 ぼうしからかみのけを出さない
- 4 マスクは口と鼻に
- 5 せいけつなハンカチを用意
- 6 せっけんで手を洗う

心を込めて

### 給食の片づけ

- 1 食べ残しはきまりを守って食缶に戻そう
- 2 食器に食べ物がついていないか確認しよう
- 3 配ぜん台をきれいにしよう