

2022年 4月のこんだて

給食費口座振替日 **4月25日(月)**
通帳残高を必ず確認のうえ
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

日	11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)	18日(月)	19日(火)	20日(水)
こんだて	□パン ○ぎゅうにゅう やきハンバーグ ソースかけ クリームシチュー 🦷きりぼしだいこんの サラダ □ミルメーク	□ごはん ○ぎゅうにゅう 🦷しろみぎかなの ゆずふうみ さつまいものみそしる こまつなのおひたし	□ごはん ○ぎゅうにゅう 🦷ぶたにくのあまからいため わかたけじる チンゲンサイの きんごまあえ □りんごゼリー(中学校)	□パン ○ぎゅうにゅう 🦷フライドチキン ミートボールのポトフ 🦷だいずサラダ □ブルーベリージャム	□ごはん ○ジョア ビーフカレー ツナときゅうりの うめサラダ 🦷△ふくじんづけ	□パインアップルパン ○ぎゅうにゅう 🦷ハムフライ エリンギスープ ポテトサラダ 🦷	□ごはん ○ぎゅうにゅう さばのしおやき だいこんのみそしる ひじきとコーンの いために	□ごはん ○ぎゅうにゅう こうやどうふのたまごじ 🦷ほうれんそうの じゃこあえ 🦷△たくあん
おかずのないよう	○ハンバーグ □さとう ケチャップ ソース あかワイン ○とりこ ○ぎゅうにゅう □じゃがいも △にんじん △たまねぎ △コーン □あぶら バター □こむぎこ コンソメスープ しお ○ツナ △きりぼしだいこん △ほうれんそう △にんじん □ごまドレッシング しょうゆ	○しろみぎかな △ゆずかじゅう □こめこ あぶら □さとう しお こしょう しょうゆ ○ぶたにく □さつまいも △にんじん △たまねぎ △ねぶかかねぎ △こんにやく ○みそ にぼし △こまつな △はくさい ○かつおぶし しょうゆ	○ぶたにく △たまねぎ △にんにく □あぶら さとう □かたくりこ みりん しょうゆ ○どうふ ○わかめ ○かまぼこ △にんじん △たけのこ だしこんぶ げずりぶし しお しょうゆ △チンゲンサイ △えのきたけ □きんごま □ごまあぶら しょうゆ	○とりこ □かたくりこ こめこ □あぶら しろワイン しお ガーリックパウダー パプリカこ こしょう ○にくだんご □じゃがいも △たまねぎ △にんじん △だいこん △しめじ しお こしょう コンソメスープ ○だいず △キャベツ △きゅうり △にんじん □ノンエッグマヨネーズ しょうゆ	○ぎゅうにく □じゃがいも △たまねぎ △にんじん △にんにく □あぶら カレールウ ソース カレーこ こしょう コンソメスープ ○ツナ △きゅうり △キャベツ △うめびしお □オリーブあぶら □さとう す しょうゆ しお	△ドライパインアップル ○ハムフライ □あぶら ○ショルダーベーコン △エリンギ △たまねぎ △にんじん △もやし コンソメスープ しお □じゃがいも △きゅうり △にんじん △たまねぎ □ノンエッグマヨネーズ しお	○さば しお ○どうふ ○あぶらあげ △だいこん △にんじん △えのきたけ △ねぎ ○みそ にぼし ○ひじき ○ツナ △にんじん △コーン □さとう あぶら ちゅうかスープ しょうゆ	○こうやどうふ ○たまご ○かまぼこ □じゃがいも △にんじん △たまねぎ △えだまめむきみ □さとう しょうゆ しお にぼし ○ちりめんじゃこ □きくいも △ほうれんそう △はくさい □ごま □さとう しょうゆ

日	21日(木)	22日(金)	25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)
こんだて	入学祝いメニュー □パン ○ぎゅうにゅう 🦷とりこのでりやき ポターージュ はるキャベツの イタリアンサラダ □オレンジゼリー	□ごはん ○ぎゅうにゅう 🦷すぶた ちゅうかサラダ 🦷○ミニフィッシュ	□パン ○ぎゅうにゅう 🦷いかのアーモンドがらめ オニオンスープ アスパラサラダ □ミルメーク(中学校)	□ごはん ○ぎゅうにゅう 🦷とりこのスタミナやき わかめスープ ナムル	□しごはん ○ぎゅうにゅう 🦷☆いわしのさらさあげ たまねぎのみそしる 🦷こんにやくサラダ	□パン ○ぎゅうにゅう やきそば ブロッコリーサラダ ○かためきチーズ
おかずのないよう	○とりこ □さとう あぶら しょうゆ みりん ○ベーコン ○ぎゅうにゅう □じゃがいも △にんじん 🦷🦷 🦷 ラッキーにんじん はいっているよ! △たまねぎ △コーンペースト □こむぎこ バター コンソメスープ しお こしょう △あかパプリカ △はるキャベツ △きゅうり にんじん □オリーブあぶら さとう す しお	○ぶたにく △しょうが △にんじん △たまねぎ △たけのこ △ピーマン □こめこ かたくりこ □あぶら さとう す しょうゆ さけ ケチャップ ○ハム □はるさめ △きゅうり △にんじん □ごまあぶら さとう す しょうゆ	○いか □アーモンド さとう □こめこ あぶら しょうゆ みりん ○ショルダーベーコン △たまねぎ △にんじん セロリー △マッシュルーム コンソメスープ しお こしょう ○ツナ △アスパラガス △キャベツ △にんじん □ノンエッグマヨネーズ しょうゆ 口座振替日	○とりこ △にんにく しょうが △ねぎ □さとう ごまあぶら しょうゆ ○わかめ △たまねぎ △にんじん △コーン ちゅうかスープ しお しょうゆ △もやし △にんじん △ほうれんそう □ごま ごまあぶら □さとう す しょうゆ	△しごはんのもと ○いわし △しょうが □さとう こめこ あぶら しょうゆ カレーこ □じゃがいも △たまねぎ △にんじん △えのきたけ △ねぎ ○みそ にぼし ○ハム △こんにやく △にんじん △こまつな □さとう あぶら す しょうゆ	○ぶたにく ○あおのり ○かつおぶし □やきそばめん △キャベツ △もやし □ごまあぶら ウスターソース オイスターソース こしょう ソース △ブロッコリー △にんじん △コーン □ノンエッグごまドレッシング しょうゆ



給食費について(通年)

幼稚園	
概算納付額	1食単価
3,100円	220円
小学校 低学年(1~3年)	
概算納付額	1食単価
3,900円	230円
小学校 高学年(4~6年)	
概算納付額	1食単価
4,100円	243円
中学校	
概算納付額	1食単価
4,400円	275円

※幼稚園副食費無償により主食代(1食60円、月額概算1,100円)のみ保護者負担となっています。

※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ょくひん
- 印...おもにエネルギーのもとになるしょくひん
- △印...おもにからだのちようしをととのえるものになるしょくひん
- ☆印...あたらしいメニュー
- 🦷印...かみかみメニュー



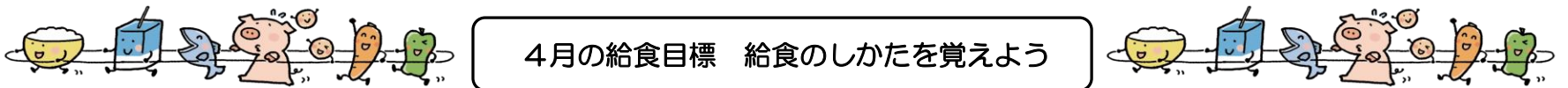
~ 今月使用する西脇産の食材 ~

こめ きくいも たまねぎ ねぎ
きんごま きゅうり ほうれんそう ねぶかかねぎ

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	658kcal (650)	833kcal (830)
たんぱく質	26.1g (26.8)	31.5g (34.3)



- 教室は食堂に早変わりです。食事ができるふんいきづくりをしましょう。
- 配ぜんは手早く、ていねいに。給食当番のうでの見せどころです。
- 配り残しをしないよう気をつけましょう。
- 後片付けはみんなでしましょう。
- 食器は割らないよう、ていねいにあつかいましょう。

給食時間のやくそく

