



令和7年

4月

献立表

高浜市教育委員会
中学校献立

今月の目標 <給食の時間> 給食のきまりを守ろう <食育> 食事のマナーを身につけよう

日曜	献立名	《赤》 主に体をつくる もとなる食品		《みどり》 主に体の調子を 整えるもとなる食品		《き》 主にエネルギーの もとなる食品		エネルギー 量 kcal
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	
		肉・魚・卵 大豆・大豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜・ 果物・きのこ	米・パン・めん いも・砂糖	油脂・種実	
		たんばく質	無機質	ビタミン・無機質		炭水化物	脂質	
15	火	ごはん 牛乳	牛乳			米		741
	さばの銀紙焼き	さば 白みそ			砂糖 米粉			
	肉団子と野菜のうま煮	豆腐 とり肉	にんじん ねぎ	こんにやく たまねぎ はくさい もやし えのきたけ にんにく しいたけ	でんぶんめん			
	そらまめ			そらまめ				
16	水	❖❖❖						



日曜	献立名	《赤》 主に体をつくる もとなる食品		《みどり》 主に体の調子を 整えるもとなる食品		《き》 主にエネルギーの もとなる食品		エネルギー量 kcal	
		1群	2群	3群	4群	5群	6群		
		肉・魚・卵 大豆・大豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜・ 果物・きのこ	米・パン・めん いも・砂糖	油脂・種実		
		たんばく質	無機質	ビタミン・無機質		炭水化物	脂質		
25	金	 「かみかみ献立」 よくかんで食べましょう。							750
		ごはん 牛乳		牛乳			米		
		いわしの八丁みそ煮	いわし 赤みそ		ねぎ		砂糖		
		肉じゃが	ぶた肉 はんぺん		にんじん	たまねぎ えだまめ こんにゃく	じゃがいも 砂糖		
		たくあん和え				キャベツ たくあん		ごま	
28	月	春野菜のチャーハン 牛乳	ぶた肉	牛乳	にんじん ねぎ	たけのこ グリンピース しいたけ	米 おおむぎ 砂糖	油 ごま油	734
		愛知食材の揚げぎょうざ	ぶた肉		にんじん	たまねぎ れんこん	小麦粉 でんぶん 砂糖	油	
		とり団子とはるさめのスープ	とり肉		にんじん チンゲンサイ	はくさい たまねぎ きくらげ	はるさめ		
		ミニピーチゼリー					ピーチゼリー		
		 「まごわやさしい献立」 まめ、ごま(種実)、わかめ(海そう)、やさしい、さかな、しいたけ(きのこ)、いもを使用した献立です							
30	水	ごはん 牛乳		牛乳			米		730
		まぐろとじゃがいもの 揚げからめ	まぐろ				じゃがいも 砂糖 でんぶん	油	
		ごまひじき和え		ひじき	ごまつな にんじん	キャベツ	砂糖	ごま	
		春野菜のまろやかみそ汁	とり肉 油あげ 豆腐 豆乳 赤みそ 白みそ	わかめ	にんじん ねぎ	たまねぎ キャベツ しいたけ			

お知らせ

ご入学・ご進級おめでとうございます

学校給食は、栄養バランスのとれた食事を提供することにより、健康の保持増進、体位の向上を図っています。また、「生きた教材」として、給食の時間だけでなく、各教科や特別活動、総合的な学習の時間などにおいて活用され、食育を推進する上で、中心的な役割を担っています。今年度も旬の食材を取り入れ、安全や衛生に配慮しながら心を込めておいしい給食作りに努めていきます。



給食等を通して学び、身に付けたいこと (食育の視点)



食事の重要性 食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。	心身の健康 心身の成長や健康の保持増進の上での望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。	食品を選択する能力 正しい知識・情報に基づいて、食品の品質及び安全性等について自ら判断できる能力を身に付ける。
感謝の心 食べ物の大事にし、食料の生産等に関わる人々へ感謝する心をもつ。	社会性 食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付ける。	食文化 各地域の産物、食文化や食に関わる歴史等を理解し、尊重する心をもつ。

給食当番のお仕事編

出典：文部科学省「食に関する指導の手引―第二次改訂版―」(H31.3)

身だしなみを整えましょう	協力して準備をしましょう	1人分を考えて丁寧に盛り付けましょう	汁物は底からよくかき混ぜ、具を均等によそいましょう
---------------------	---------------------	---------------------------	----------------------------------

当番以外の準備編

机の上はきれいに片付けましょう	換気をして空気を入れ替えましょう	手をせっけんできれいに洗いましょう	「いただきます」をするまで、席で静かに待ちましょう
------------------------	-------------------------	--------------------------	----------------------------------

保護者の方へ

☆欠食について

- ・連続して5日以上欠席は、給食を欠食できる場合があります。
- ・ラキューションの取得により給食欠食を希望する場合は、申請書の提出が必要です。締め切り日までに担任へ提出してください。詳しくは、学校にお問い合わせください。

《お願い》

- 白衣を持ち帰ったときはご家庭で洗濯をお願いします。
- 清潔なハンカチとマスクの持参をお願いします。

給食回数 11回

☆都合により、献立・食材等が変わることがあります。