

	4月10日(木)			4月11日(金)			4月14日(月)			4月15日(火)			4月16日(水)		
こんだて	パン 牛乳 レタスのスープ ジャーマンポテト			ごはん 牛乳 みそワントンスープ いんげんのかきあげ(こめこ)			カレーライス(こめこ) 牛乳 きりぼしだいこんのサラダ			パン 牛乳 コンソメスープ にこみハンバーグ いちごゼリー			ごはん 牛乳 かきたまじる さばのみそに あじつけのり(しお)		
こんだてざいりょう	☐ パン			☐ ごはん			☐ ごはん			☐ パン			☐ ごはん		
	☐ 牛乳			☐ 牛乳			☐ 牛乳			☐ 牛乳			☐ 牛乳		
	☐ レタス			☐ ぶたにく			☐ ぎゅうにく			☐ ベーコン			☐ とうふ		
	☐ たまねぎ			☐ にんじん			☐ じゃがいも			☐ じゃがいも			☐ にんじん		
	☐ にんじん			☐ たまねぎ			☐ たまねぎ			☐ にんじん			☐ はねぎ		
	☐ はるさめ			☐ もやし			☐ しょうが			☐ キャベツ			☐ わかめ		
	☐ けいにくのあぶらづけ			☐ はねぎ			☐ にんにく			☐ たまねぎ			☐ たまご		
	☐ にんにく			☐ ワンタン			☐ サラダあぶら			☐ さやいんげん			☐ うすくちしょうゆ		
	☐ しょうが			☐ チキンスープ			☐ ポークスープ			☐ セロリ			☐ こいくちしょうゆ		
	☐ サラダあぶら			☐ あかみそ			☐ トマトケチャップ			☐ しょうが			☐ けずりぶし(だし)		
	☐ チキンスープ			☐ うすくちしょうゆ			☐ ウスターソース			☐ ポークスープ			☐ でんぶん		
	☐ うすくちしょうゆ			☐ ごまあぶら			☐ カレーこ			☐ しお			☐ さとう		
	☐ ごまあぶら			☐ さやいんげん			☐ ガラムマサラ			☐ ハンバーグ(こむぎぬき)			☐ さば		
	☐ しお			☐ とうもろこし			☐ パプリカ			☐ たまねぎ			☐ しょうが		
	☐ こしょう			☐ チキンハム			☐ こめこ			☐ サラダあぶら			☐ さとう		
				☐ しお			☐ しお			☐ しめじ			☐ あかみそ		
	☐ じゃがいも			☐ てんぷらこ(こめこ)			☐ あぶら			☐ トマトケチャップ			☐ こいくちしょうゆ		
	☐ たまねぎ									☐ ウスターソース			☐ みりん		
	☐ ベーコン						☐ 牛乳			☐ さとう			☐ せいしゅ		
	☐ パセリ						☐ きりぼしだいこん			☐ いちごゼリー			☐ あじつけのり(しお)		
	☐ サラダあぶら						☐ にんじん								
	☐ しお						☐ きゅうり								
	☐ こしょう						☐ しお								
							☐ ポークハム								
							☐ ごま								
							☐ こめす								
							☐ さとう								
							☐ うすくちしょうゆ								
							☐ ごまあぶら								
	4月17日(木)			4月18日(金)			4月21日(月)			4月22日(火)			4月23日(水)		
こんだて	くろざとうパン 牛乳 こまつたさんのシチュー			-しょくいくのひー ひめじたけのごごはん 牛乳 ばちじる だいずとハムのかきあげ(こめこ)			ごはん 牛乳 にくじゃが きゅうりのすのもの			パン 牛乳 はるやさいのスパゲティ アスパラガスのソテー			ごはん 牛乳 ビーフンスープ あつあげのちゅうかに		
こんだてざいりょう	☐ パン			☐ ごはん			☐ ごはん			☐ パン			☐ ごはん		
	☐ くろざとう			☐ 牛乳			☐ 牛乳			☐ 牛乳			☐ 牛乳		
	☐ けいにく			☐ ぶたにく			☐ ぶたにく			☐ スパゲティ			☐ ベーコン		
	☐ たまねぎ			☐ たけのこ			☐ じゃがいも			☐ まぐろのあぶらづけ(こめゆ)			☐ ビーフン		
	☐ にんじん			☐ にんじん			☐ たまねぎ			☐ たまねぎ			☐ キャベツ		
	☐ じゃがいも			☐ しょうが			☐ にんじん			☐ にんじん			☐ はねぎ		
	☐ しめじ			☐ こいくちしょうゆ			☐ グリンピース			☐ しめじ			☐ にんじん		
	☐ セロリ			☐ さとう			☐ こんにゃく			☐ なばな			☐ チキンスープ		
	☐ サラダあぶら			☐ せいしゅ			☐ しお			☐ うすくちしょうゆ			☐ うすくちしょうゆ		
	☐ ぎゅうにゅう			☐ ごまあぶら			☐ しょうが			☐ サラダあぶら			☐ しお		
	☐ しお			☐ 牛乳			☐ サラダあぶら			☐ オリーブオイル			☐ こしょう		
	☐ こしょう			☐ ばち			☐ せいしゅ			☐ しお			☐ ごまあぶら		
	☐ ポークスープ			☐ あぶらあげ			☐ さとう			☐ こしょう			☐ 牛乳		
	☐ こめこ			☐ たまねぎ			☐ うすくちしょうゆ			☐ グリーンアスパラガス			☐ ぶたにく		
	☐ バター			☐ にんじん			☐ こいくちしょうゆ			☐ キャベツ			☐ あつあげ		
				☐ しいたけ						☐ パーコン			☐ えび		
	☐ キャベツ			☐ はねぎ			☐ きゅうり			☐ とうもろこし			☐ にんじん		
	☐ にんじん			☐ うすくちしょうゆ			☐ けいにくのあぶらづけ			☐ たまねぎ			☐ たけのこ		
	☐ とうもろこし			☐ こいくちしょうゆ			☐ 牛乳			☐ うすくちしょうゆ			☐ チンゲンサイ		
	☐ ひじき			☐ けずりぶし(だし)			☐ わかめ			☐ しお			☐ しいたけ		
	☐ まぐろのあぶらづけ(こめゆ)			☐ だいず			☐ ごま			☐ こしょう			☐ たまねぎ		
	☐ うすくちしょうゆ			☐ チキンハム			☐ こめす			☐ サラダあぶら			☐ しょうが		
	☐ サラダドレッシング			☐ たまねぎ			☐ さとう						☐ サラダあぶら		
	☐ りんごす			☐ しお									☐ うすくちしょうゆ		
	☐ サラダあぶら			☐ あおさこ									☐ さとう		
	☐ さとう			☐ てんぷらこ(こめこ)									☐ チキンスープ		
	☐ しお			☐ あぶら									☐ ごまあぶら		
	☐ こしょう														

4月24日(木)				4月25日(金)				4月28日(月)				4月30日(水)				4月平均 栄養量 (小学校4年生)				
おやこどんぶり 牛乳 もやしのごまずいため				わかめごはん 牛乳 じゃぶ いかのてんぷら				ごはん 牛乳 みそしる ぶたにくのしょうがやき				ごはん 牛乳 カムジャタン とりてん								
こ ん だ て	☐ ごはん ☐ けいにく <input type="triangle-up"/> しいたけ <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> はねぎ ☐ たまご ☐ さとう みりん うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ けずりぶし(だし) ☐ でんぶん			 	☐ ごはん ☐ わかめ ☐ 牛乳 ☐ けいにく せいしゅ ☐ サラダあぶら ☐ とうふ <input type="triangle-up"/> ごんにやく しお <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> キャベツ <input type="triangle-up"/> ごぼう <input type="triangle-up"/> はねぎ ☐ さとう うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ			 	☐ ごはん ☐ 牛乳 ☐ とうふ ☐ あぶらあげ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> たまねぎ ☐ じゃがいも <input type="triangle-up"/> はねぎ ☐ わかめ ☐ みそ にぼし(だし)			 	☐ ごはん ☐ 牛乳 ☐ ぶたにく せいしゅ ☐ じゃがいも <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> たけのこ <input type="triangle-up"/> にら ☐ サラダあぶら ポークスープ <input type="triangle-up"/> にんにく <input type="triangle-up"/> しょうが うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ コチュジャン しお							
	こ ん だ て ぎ い り ょう	☐ 牛乳			 	<input type="triangle-up"/> もやし <input type="triangle-up"/> にら <input type="triangle-up"/> にんじん ☐ ポークハム ☐ さとう うすくちしょうゆ こめず ☐ ごま ☐ サラダあぶら			 	☐ ぶたにく <input type="triangle-up"/> しょうが せいしゅ <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> ピーマン こいくちしょうゆ ☐ さとう ☐ サラダあぶら				<input type="triangle-up"/> しょうが <input type="triangle-up"/> せいしゅ <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> ピーマン こいくちしょうゆ ☐ さとう ☐ サラダあぶら						
☐ いかに しお こしょう ☐ こむぎこ ☐ てんぷらこ ☐ あぶら			 	☐ いかに しお こしょう ☐ こむぎこ ☐ てんぷらこ ☐ あぶら			 	☐ いかに しお こしょう ☐ こむぎこ ☐ てんぷらこ ☐ あぶら			 	☐ ごはん ☐ 牛乳 ☐ ぶたにく せいしゅ ☐ じゃがいも <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> たけのこ <input type="triangle-up"/> にら ☐ サラダあぶら ポークスープ <input type="triangle-up"/> にんにく <input type="triangle-up"/> しょうが うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ コチュジャン しお								
エネルギー				608kcal																
たんぱく質				24.4g																
脂質				30.1%																
カルシウム				303mg																
鉄				1.9mg																
ビ タ ミ ン	A			188μgRAE																
	B1			0.39mg																
	B2			0.48mg																
	C			18mg																
食塩相当量				2.2g																
食物繊維				4.8g																
マグネシウム				77mg																
亜鉛				2.8mg																

**ご入学、ご進級
おめでとうございます。**

姫路市（単独校・親子方式）の学校給食

★献立は3つのブロック（西・中・東）に分け、それぞれ内容が異なります。

★平均栄養量は小学校4年生の値を表記しています。

★ごはんの日は原則、月・水・金の週3回です。

パンの日は原則、火・木の週2回です。ただし、行事食や食育の日などは、ごはんになります。

★毎月19日は「食育の日」で、郷土料理などの和食や地場産物を使う等、食に関する視点を踏まえた献立をとり入れます。
(19日に給食がない月は、その前の給食実施日になります。)

★よくかんで食べることを意識づけるために、月1回  のマークをつけ「カミカミ献立」を実施します。

★おはなしにちなんだ献立には  のマークをつけ「おはなし献立」を実施します。

★食物アレルギーに対応して除去食を実施しています。除去食対応を行う献立は、献立名を白抜きで表示しています。
そば、落花生(ピーナッツ)、マヨネーズは使用しません。(そばは、同一工場、製造ライン使用による加工食品も使用しません。)

特定原材料表示について

使用材料に表示義務のある下記の8品目のアレルゲンを含むものを材料名の右にイラストで表示しています。

その他の推奨品目については、各学校に配付している『食品のアレルギー表示一覧』で確認できます。加工食品等については、複数のアレルギーを含むものもあります。注意してください。

卵:  乳製品:  小麦:  えび: 
かに:  そば:  落花生:  (ピーナッツ) くるみ: 

学校給食費について

令和7年度の給食費は、市が6月から徴収します。
納期は各月末となります。
6月中旬以降に納付額決定通知書を送付します。

学校給食献立表について

令和7年5月より、紙での配布はなくなります。
スクリーンにより配信します。
なお、姫路市ホームページにも掲載しております。

○赤の食品…体をつくるもの（たんぱくしつ・おきしつ） □黄の食品…ねつや力のもとになるもの（たんすいかぶつ・しぼう） △緑の食品…体の調子をととのえるもの（ビタミン）

特定原材料表示 卵:  乳製品:  小麦:  えび:  かに:  そば:  落花生:
(ピーナッツ)  くるみ: 