

# 令和6年4月学校給食献立予定表

あかのなかま  
きいろのなかま  
みどりのなかま

おもにからだをつくる  
おもにねつやちからのもとになる  
おもにからだのちょうしをととのえる

※主な材料に含まれるアレルギーについて、卵は●、乳は▲、小麦は★と表記しています。

※アレルギーについては、主な材料名として記載されているものについて表示してあります。調味料等に含まれているものについては各校にお問い合わせ下さい。

※( )については食材には含まれていませんが、そのアレルギーを含む製品を同じ製造ラインで製造しており、微量に混入する恐れがあるものです。

日曜日	はいぜんず	おもなざいりょうめい			こんだてめい	料理に含まれるアレルギー		
		あかのなかま	きいろのなかま	みどりのなかま		卵	乳	小麦
10・水		ぎゅうにゅう▲ ぶたにく みそ とりにく どうふ	むぎごはん ごまあぶら さとう ごま はるさめ	しょうが にんにく ホールコーン たけのこ にんじん もやし チンゲンさい	ぎゅうにゅう むぎごはん ビihinpa どうふとチンゲンさいのスープ		○	
11・木		ぎゅうにゅう▲ だいず ぶたにく	ごはん でんぷん あぶら さとう ごまあぶら かつおふりかけ★	たまねぎ キャベツ たけのこ にんじん ねぎ	ぎゅうにゅう ごはん にくとやさいのいためもの フライビーンズ かつおふりかけ			○
12・金		ぎゅうにゅう▲ ぶたにく まぐろあぶらづけ	むぎごはん あぶら じゃがいも こめこ(▲) バター▲ わふうドレッシング★ いちごゼリー	しょうが にんにく たまねぎ にんじん グリーンピース キャベツ ホールコーン	ぎゅうにゅう むぎごはん ポークカレー ツナサラダ おいわいいちごゼリー		○	○
15・月		ぎゅうにゅう▲ ぶたにく どうふ みそ	ごはん あぶら さとう コーンスターチ はるさめ ごまあぶら ごま	しょうが にんにく ねぎ ほししいたけ たけのこ にんじん キャベツ	ぎゅうにゅう ごはん マーボーどうふ パンサンスー		○	
16・火		ぎゅうにゅう▲ あげチキン(▲★) ベーコン だいず	ロールパン▲★(●) あぶら さとう じゃがいも	キャベツ にんじん たまねぎ えだまめ	ぎゅうにゅう バーガーパン(ロールパン) あげチキン キャベツソテー だいずのにしよくスープ	(○)	○	○
17・水		ぎゅうにゅう▲ とりにく	むぎごはん あぶら じゃがいも こんにやく さとう ごま マヨネーズ	たまねぎ にんじん こまつな キャベツ	ぎゅうにゅう むぎごはん にくじゃがのカレーに こまつなのごまマヨ		○	
18・木		ぎゅうにゅう▲ ししゃも あぶらあげ どうふ みそ	ごはん でんぷん あぶら しおだれドレッシング	キャベツ きりぼしだいこん にんじん たまねぎ ねぎ	ぎゅうにゅう ごはん ししゃものからあげ キャベツときりぼしだいこんのしおだれあえ しんたまねぎのみそしる		○	
19・金		ぎゅうにゅう▲ とりにく ベーコン しろいんげんまめ とうにゅう	むぎごはん あぶら	にんにく にんじん たまねぎ ホールコーン グリーンピース パセリ	ぎゅうにゅう むぎごはん (セルフ)チキンライス とうにゅうスープ		○	
22・月		ぎゅうにゅう▲ ぶたにく みそ かまぼこ(★) どうふ	ごはん こんにやく ごま さとう	たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ	ぎゅうにゅう ごはん とんみそ すましじる			(○)
23・火		ぎゅうにゅう▲ とりにく だいず	ミルクパン▲★(●) あぶら じゃがいも さとう マヨネーズ	キャベツ にんにく たまねぎ にんじん トマトみずに ホールコーン	ぎゅうにゅう ミルクパン チキンビーンズ キャベツサラダ	(○)	○	○

# 令和6年4月学校給食献立予定表

あかのなかま  
きいろのなかま  
みどりのなかま

おもにからだをつくる  
おもにねつやちからのもとになる  
おもにからだのちょうしをととのえる

※主な材料に含まれるアレルギーについて、卵は●、乳は▲、小麦は★と表記しています。

※アレルギーについては、主な材料名として記載されているものについて表示してあります。調味料等に含まれているものについては各校にお問い合わせ下さい。

※( )については食材には含まれていませんが、そのアレルギーを含む製品を同じ製造ラインで製造しており、微量に混入する恐れがあるものです。

日曜日	はいぜんず	おもなざいりょうめい			こんだてめい	料理に含まれるアレルギー		
		あかのなかま	きいろのなかま	みどりのなかま		卵	乳	小麦
24 水	<p>もやしのごますず のりをかける おやこどん むぎごはん</p>	ぎゅうにゅう▲ とりにく たまご● きざみのり(★)	むぎごはん いとこんにやく さとう ごま	にんじん たまねぎ もやし しょうが ねぎ	ぎゅうにゅう むぎごはん おやこどん きざみのり もやしのごますず		○	(○)
25 木	<p>こまつなとひじきのあえもの あつあげのちゅうかに ごはん</p>	ぎゅうにゅう▲ あつあげ ぶたにく ひじき	ごはん ごまあぶら さとう コーンスターチ ごま	にんにく たまねぎ にんじん ほしいたけ たけのこ ねぎ こまつな しょうが	ぎゅうにゅう ごはん あつあげのちゅうかに こまつなとひじきのあえもの		○	
26 金	<p>いわしのかんろに フライドポテト さわにわん むぎごはん</p>	ぎゅうにゅう▲ いわしのかんろに★ ぶたにく	むぎごはん じゃがいも あぶら いとこんにやく	ほしいたけ たけのこ にんじん ねぎ たまねぎ	ぎゅうにゅう むぎごはん いわしのかんろに フライドポテト さわにわん		○	○
30 火	<p>ケチャップ フルーツミックス はるやさいのポトフ ドッグパン フラン克福ルト とりにく</p>	ぎゅうにゅう▲ フラン克福ルト とりにく	ロールパン▲★(●) じゃがいも	セロリー たまねぎ キャベツ にんじん パイン(かん) おうとう(かん) オレンジジュース	ぎゅうにゅう ドッグパン(ロールパン) フラン克福ルト はるやさいのポトフ フルーツミックス ケチャップ	(○)	○	○

**かめやまっ子給食のおしらせ**  
かめやまっ子給食の日は、亀山市でとれた食材をたくさん使った献立になっています。  
印の食材はすべての学校で亀山産の食材になります。

**げんえんきゅうしょく**  
減塩を意識したメニューです。学校給食では、スパイスの利用や、だしの味を生かすなどして減塩にも工夫しています。

※いろいろな事情により、献立や食材料の一部を変更することがありますのでご了承ください。  
※牛乳は毎日つきます。 ※ごはんは亀山産のコシヒカリを使用しています。

亀山市教育委員会  
亀山市学校給食協会

## 入学・進級おめでとう



ご入学・ご進級おめでとうございます。いよいよ新しい学年での給食が始まりますね。  
4月は、新しい生活への期待に胸を膨らませる一方で、環境が変わり、疲れやストレスがたまりやすくなる時期でもあります。夜は早めに寝て、朝食をしっかり食べてから登校することが大切です。

### 給食当番の身じたく

- ぼうしにかみのけをきちんと入れる
- マスクははなまでおおう
- はくい白衣はせい清けつに
- つめをみじかくきる
- て手をせっけんできれいにあらう

### 給食の決まり☆食事のマナーを守りましょう

- 給食の前に、机の上を片付けましょう。
- 手をきれいに洗いましょう。
- 給食当番は身支度を整え、健康チェックをしましょう。
- 協力して準備をしましょう。
- 全員の給食がそろったら、「いただきます」をしましょう。
- 姿勢よく、持てる食器は手に持って食べましょう。
- 食べ物は、食べやすい大きさにして、よくかんで食べましょう。
- 時間内に食べ終わるようにしましょう。
- 食器は大切に扱いましょう。