

令和6年



# 4月 学校給食予定献立表(東部)



★活動についてはHPをご確認ください★

月		火		水		木		金	
献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名

## 苫小牧市の学校給食について

○主食・副食・温食・牛乳が基本の形です。  
 ○給食では、家庭で足りない栄養は多めに、家庭でとりすぎている栄養は減らすような基準のもと、献立を考えています。  
 ○食べ残したものは、衛生面から家に持ち帰ることができません。  
 ○給食は、各クラスの数に合わせた量を提供しています。全員にすべて配った量が一人分の量になります。欠席者がいて余りがあった場合などにおかわりの分があるという形になります。

### 主食 週3回

胆振地方産のななつぼしや北海道産のゆめびりかを使用しています。白ごはんの他、麦ごはんや混ぜごはんなども提供します。

### パン 週1回

北海道産小麦100%で、卵・乳を使用していません。詳細は裏面をご確認ください。

### 麺 月3回程度

ラーメン、うどん、スパゲティなどは1個ずつ包装し、温めて保温容器に入れて学校へ届けています。

### 副食 主菜

焼き物、揚げ物、蒸し物などバラエティに富んだ献立を提供します。

### 副食 副菜

野菜を中心とした炒め物や和え物、デザートを提供します。

### 温食

みそ汁やスープなどの汁物、カレーなどのルウものなどを提供しています。「だし」のうま味を活かして減塩に努めています。

### 牛乳

成長期の子どもたちに必要なカルシウムやたんぱく質などを補うために、毎日提供します。令和6年度は雪印メグミルクの牛乳を提携します。

## ご家庭へのお願い

- 清潔なランチマット・はし・はし箱を持たせてください。
- 朝食は毎日食べるようご配慮ください。
- 苦手なものでも少しずつ食べられるよう、ご家庭でもご協力ください。
- 給食で食べられなかったものが何だったか聞き、それが体にとって大切であることを話してあげてください。

### 9 コッペパン

ジュリエンスープ  
きのこソースかけハンバーグ  
マカロニサラダ  
ブルーベリージャム

### 10 ごはん

豚汁  
苫小牧産ますのみそ焼き  
小骨に気をつけて食べましょう  
白菜ののり和え

### 11 うどん

五目うどん  
かぼちゃひき肉フライ  
桃のタルト

### 12 ごはん

かぼちゃ団子汁  
開拓丼  
ごはんにかけて食べましょう

### 13 ごはん

わかめと豆腐のみそ汁  
苫小牧産ほっけ和風フライ  
小骨に気をつけて食べましょう  
もやしと小松菜のなめたけ和え

### 14 ごはん

クイッティオスープ  
5種の野菜グラタン  
豚肉ときのこのトマト煮

### 15 ごはん

鶏肉入り中華スープ  
マーボー豆腐  
プリン

### 16 ごはん

えのきのみそ汁  
とりからあげ(2個)  
ブロッコリーのごま和え

### 15 ごはん

わかめと豆腐のみそ汁  
苫小牧産ほっけ和風フライ  
小骨に気をつけて食べましょう  
もやしと小松菜のなめたけ和え

### 16 ごはん

クイッティオスープ  
5種の野菜グラタン  
豚肉ときのこのトマト煮

### 17 ごはん

鶏肉入り中華スープ  
マーボー豆腐  
プリン

### 18 スパゲティ

トマトのクリームスパゲティ  
ハッシュポテト

### 19 ごはん

チキンカレー  
コールスロー  
お祝いイチゴゼリー

### 20 ごはん

わかめと豆腐のみそ汁  
苫小牧産ほっけ和風フライ  
小骨に気をつけて食べましょう  
もやしと小松菜のなめたけ和え

### 21 ごはん

クイッティオスープ  
5種の野菜グラタン  
豚肉ときのこのトマト煮

### 22 ごはん

鶏肉入り中華スープ  
マーボー豆腐  
プリン

### 23 ごはん

えのきのみそ汁  
とりからあげ(2個)  
ブロッコリーのごま和え

### 22 ごはん

白菜と油揚げのみそ汁  
いわしのしょうが煮  
小骨に気をつけて食べましょう  
肉じゃが

### 23 ごはん

ベーコンポトフ  
焼きそば  
パンにはさんで食べましょう  
ごぼうサラダ

### 24 ごはん

えのきのみそ汁  
とりからあげ(2個)  
ブロッコリーのごま和え

### 25 ラーメン

塩ラーメン  
揚げギョーザ(2個)  
ブルーベリージャム

### 26 ごはん

白菜と肉団子スープ  
えびにらまんじゅう  
チンジャオロース

### 27 ごはん

わかめと豆腐のみそ汁  
苫小牧産ほっけ和風フライ  
小骨に気をつけて食べましょう  
もやしと小松菜のなめたけ和え

### 28 ごはん

クイッティオスープ  
5種の野菜グラタン  
豚肉ときのこのトマト煮

### 29 ごはん

鶏肉入り中華スープ  
マーボー豆腐  
プリン

### 30 ごはん

えのきのみそ汁  
とりからあげ(2個)  
ブロッコリーのごま和え

## お願い

しばらく給食を休止する場合は学校へお申し出ください。保護者様から学校へ給食休止のお申し出がなければ、給食が提供され続けていることになり給食費は発生します。

令和6年度分 口座振替決定通知書・納入通知書  
4月23日頃お子様を通じてお届け予定

### 30 バーガーパン

ABCスープ  
トマトソースチキンカツ  
パンにはさんで食べましょう  
コーンと枝豆のソテー

牛乳は毎日つきます。  
 この日に、スプーンがつきます。  
 都合により献立が変更となる場合があります。  
 学校給食についての情報は苫小牧市ホームページをご覧ください。  
 魚には骨がついている場合もあります。刺さらないように取り除くなど注意して食べましょう。  
 食物アレルギーをお持ちの方は、献立名が同じでも使われている材料が違う場合がありますので、毎月献立表でご確認をお願いします。  
 小学校のみの提供されるものは、中学校のみ提供されるものには④と記載しています。  
 今月使用しているしめじ・もやし・ほっけ・ますは苫小牧産です。  
 食材のコンタミネーションについては各共同調理場へお問い合わせ下さい。

## 学校給食共同調理場 インスタグラム 随時更新中!

献立や調理の様子、食育など学校給食に関する情報を発信しており、現在700人以上の方にフォローしていただいています。  
 子どもたちの普段食べている給食を写真や動画でお届けしますので、みなさまぜひチェックしてみてください！  
 フォロー・やいね！よろしくお祈りします!

Instagram QR code and handle: @TOMAKOMAI.KYUSHOKU

学校給食共同調理場 公式アカウント開設しました!

学校給食共同調理場 公式アカウント開設しました!

学校給食共同調理場 公式アカウント開設しました!

学校給食共同調理場 公式アカウント開設しました!

学校給食共同調理場 公式アカウント開設しました!

学校給食共同調理場 公式アカウント開設しました!

学校給食共同調理場 公式アカウント開設しました!

学校給食共同調理場 公式アカウント開設しました!

夜間窓口を開設しております

4月は15日・25日です 17:00~20:00まで  
 支払い・相談に月2回の夜間窓口をご利用ください

口座振替の利用をお願いします

口座からの引き落としは年度途中からでも可能です。自動的に口座から引き落とされますので便利です。納付書で給食費を納めている方は、領収書を5年間保管してください。

第1学校給食共同調理場  
 第2学校給食共同調理場

苫小牧市柳町1丁目3-5  
 電話 (0144) 57-5881  
 苫小牧市美原町3丁目9-10  
 電話 (0144) 67-1815