

4月 小学校献立表

第683号
山形市学校給食献立作成委員会
山形市学校給食センター TEL644-4325

一年生給食なし

スタート！
一年生給食

全校生給食なし
(振替休業日)

A2	こんだてめい	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 脂質 (g) 塩分 (g)	おもなざいりょう		
			カや熱のもとになる	血やにくになる	体の調子をととのえる
11 (木)	ごはん たまねぎのみそしる かつおフライソースかけ きりぼしだいこんのもの	621 24.7 15.2 2.9	こんにやく さとう ごはん	油揚げ わかめ さつま揚げ 牛乳 みそ かつお	切干大根 玉ねぎ にんじん もやし
12 (金)	ごはん ワンタンスープ とうふハンバーグ キャベツとわかめのごまあえ ふりかけ (おさかな)	623 20.5 19.9 2.4	ワンタン でんぷん さとう 油 ごはん	わかめ 豚肉 牛乳 豆腐ハンバーグ ふりかけ	キャベツ きゅうり にんじん ねぎ もやし 干しいたけ
15 (月)	ごはん じゃがいものみそしる とりてりやき やさいのごまあえ	602 26.1 16.2 2.3	じゃがいも さとう ごま ごはん	油揚げ わかめ 牛乳 みそ とり肉	キャベツ ねぎ ほうれん草
16 (火)	ごはん けんちんじる さわらさいきょうやき ごもくきんぴら	611 26.5 18.1 2	こんにやく さとう ごま 油 ごはん	生揚げ さつま揚げ 豚肉 牛乳 さわら	さやいんげん ごぼう 小松菜 大根 にんじん 白菜
17 (水)	ごはん はるキャベツのみそしる コロッケ ぶたどん	656 21.2 20.4 2.3	こんにやく さとう 油 ごはん コロッケ	油揚げ わかめ 豚肉 牛乳 みそ	グリーンピース キャベツ 玉ねぎ にんじん 干しいたけ
18 (木)	<にゅうがく・しんきゅういわいこんだて> ゆかりごはん おいおいすましじる とりにくたつたあげ なのはなのあえもの	650 25.1 21.7 3.5	小麦粉 でんぷん 油 ごはん	豆腐 なたと とりもも肉 牛乳	キャベツ しょうが 菜の花 みつば えのきたけ しそ
19 (金)	ごはん ★ビーフカレー とうふシューマイ やさいサラダ たまねぎドレッシング	706 23.1 20.4 2.7	じゃがいも 油 カレールウ ごはん ドレッシング	牛肉 牛乳 粉乳 チーズ シューマイ	グリーンピース キャベツ きゅうり 玉ねぎ にんにく とうもろこし にんじん
22 (月)	ごはん とりごぼうじる にくだんこ (2こ) はるさめサラダ	626 19.7 18.7 2.6	はるさめ さとう 油 ごはん	油揚げ とり肉 牛乳 肉だんご	キャベツ きゅうり ごぼう にんじん 白菜 みつば 干しいたけ
23 (火)	ごはん わかたけじる さばみそに おひたし	620 24.2 21.2 2.4	ごはん さとう	豆腐 わかめ とり肉 牛乳 さば	たけのこ ほうれん草 もやし
24 (水)	ごはん さんさいじる たこメンチ こおりどうふのもの いちご (2こ)	653 25.8 19.3 2.5	こんにやく さとう 油 ごはん	生揚げ 凍り豆腐 ちくわ 豚肉 とり肉 牛乳 みそ たこ	さやいんげん ごぼう にんじん ねぎ みず しめじ わらび いちご 干しいたけ
25 (木)	しさんこむぎコッペパン ★クリームシチュー しろごまフランクケチャップソースかけ かいそうサラダ あおじそドレッシング	700 27.5 25.7 4.1	じゃがいも 油 でんぷん さとう 市産小麦コッペパン クリームチーズ	海藻 とり肉 牛乳 粉乳 生クリーム チーズ 白ごまフランク	グリーンピース 玉ねぎ にんじん もやし トマトピューレ
26 (金)	ごはん かふうスープ チキンみそカツ ナムル	624 23.8 17.5 2.1	でんぷん マロニー さとう ごま 油 ごはん	豆腐 豚肉 牛乳 とり肉	チンゲンサイ もやし ねぎ にんじん 白菜 ほうれん草 干しいたけ
30 (火)	ごはん わかめのみそしる ぶたにくしょうがやき かふうひたし	605 24.3 18.6 2.5	じゃがいも 油 ごはん	豆腐 油揚げ わかめ 牛乳 みそ 豚肉	にんじん ねぎ ほうれん草 もやし

※太字は山形県産、山形市産の食材です。
※食材は、入荷の都合により変更する場合があります。

※主食のエネルギーは、ごはん286kcal、パン274kcalです。
★：スプーンを使うと食べやすいメニューです。



今月の地場産品を紹介するベニ♪
食材の中で、太字が地場産品ベニ！

<県産品>
牛乳 豚肉 豆腐 生揚げ 油揚げ えのきたけ わらび
<市産品>
ごはん(はえぬき一等米) 市産小麦コッペパン もやし
きゅうり
※年間を通して100%地場産は、
米、牛乳、大豆製品、もやしベニ！

新製品のアレルギー（表示義務・推奨の28品目）情報

「コロッケ」に含まれるアレルゲンは、豚肉、小麦、大豆です。

「とり照焼き」に含まれるアレルゲンは、鶏肉、小麦、大豆です。

※成分やメーカーが変わった場合は、同じ製品名でもお知らせします。

ご入学・ご進級おめでとうございます

学校給食について

山形市の学校給食は、主食（ごはんまたはパン）、牛乳、おかずを組み合わせた完全給食です。一食あたりの材料費は小学校265円、中学校305円です。
学校給食では、食事摂取基準の一日のおよそ1/3をとるようになっていきます。特に家庭で不足しがちなカルシウムは、食事摂取基準の推奨量の1/2をとるようにしています。
はしとスプーンはご家庭でご準備ください。



給食だより

令和6年4月号
山形市学校給食センター
第406号

こんにちは、学校給食センターです

ご入学・ご進級おめでとうございます。

山形市学校給食センターでは、安全で安心なおいしい給食をみなさんに届けるために、たくさんの人が関わり、給食をつくっています。今回は「山形市の学校給食の取り組み」と「学校給食ができるまで」を紹介します。

山形市の学校給食の取り組み



【給食内容】

小・中学校とも主食・おかず・牛乳を組み合わせた給食を、週5回実施しています。主食と牛乳は業者から学校に直接運ばれます。おかずはおもに3品献立となっており、当センターで調理し、各学校に配送しています。

【食物アレルギー対応食の提供】

食物アレルギーの中でも特に対象者の多い「卵」、「乳」、「卵と乳」の対応食を提供しています。他のアレルゲンについても、情報提供をしています。

【食育の充実】

- 地域の食文化を伝えるため、郷土食を取り入れています。
- 児童生徒の希望を取り入れたリクエストメニューなどで学校へ訪問し、栄養指導を行っています。
- 小学校6年生を対象にバイキング給食を実施しています。



【地産地消推進のための取り組み】

- 米飯は、市内産の「はえぬぎ一等米」を使用し、米飯給食の拡大を進めています。パンは市産米粉パン、市産小麦パンを取り入れています。
- 旬の時期にはできるだけ地場産のものを使用しています。また、契約栽培により、新鮮な市内産野菜を購入しています。

【環境への配慮】

- 給食運搬車は、ハイブリッド車を使用しています。
- 生ゴミや食用廃油は、肥料などにリサイクルしています。



【安全安心のために】

- 給食に使用した食材の安全性を確認し、食品の産地をお知らせしています。
- 放射性物質検査を実施しています。

結果については、山形市のホームページに掲載しています。

給食ができるまで



① 献立を決める

献立作成委員会（先生とセンター職員で構成）で献立を決定します。

- 和・洋・中とバラエティ豊富なおかず
- 児童生徒の嗜好を考慮する
- 季節や行事に合わせる
- 地元の食材をできるだけ取り入れる
- 給食費（一食単価 小学校 265円 中学校 305円）



② 注文する

学校の人数をまとめ、食材を注文します。



⑤ 調理する

大きな釜で材料を炒めています。



〈調理の様子〉

③ 材料が届く

いたんでいるものがないかなどを確認します。

④ 検収する



〈検収の様子〉



⑥ 学校へ届ける

- ◇ 小学校 36校、中学校 15校へ
- ◇ 1日に約2万食を作っています。



給食だよりや献立表に関する情報は、山形市公式ホームページにも掲載しています。

芸工大生が制作した紹介動画「教えてべっち！おいしい給食ができるまで」も山形市公式ホームページに掲載していますので、ぜひご覧ください。