

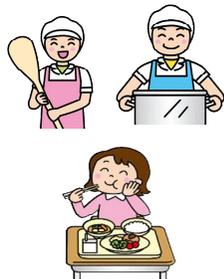
日・曜	27日(月)		28日(火)		30日(木)	
献立名	牛乳 白飯 ポークビーンズ コーンサラダ		牛乳 白飯 みそ汁 鶏肉のゆずソースかけ きゃべつのあえもの		牛乳 白飯 もち麦めん汁 豚肉とちんげん菜の炒め煮 ぶどうかん	
材料名および使用量 (g)	牛乳	1本 ○	牛乳	1本 ○	牛乳	1本 ○
	精白米	75 □	精白米	75 □	精白米	75 □
	水	113	水	113	水	113
	大豆(乾)	17 ○	豆腐(冷)	25 ○	もち麦めん	10 □
	豚肉(細切)	20 ○	油あげ(冷)	5 ○	油あげ(冷)	5 ○
	じゃがいも	50 □	にんじん	15 △	たまねぎ	15 △
	たまねぎ	40 △	葉ねぎ	3 △	にんじん	15 △
	にんじん	15 △	みそ(赤)	9 ○	葉ねぎ	3 △
	米油	1 □	けずりふし(だし用)	2 □	干し椎茸(スライス)	0.5 △
	ケチャップ	8	水	120	しょうゆ(淡)	3
	ソース(ウスター)	3	鶏肉(若5)	50 ○	しょうゆ(濃)	1
	ぶどう酒(赤)	1	でんぷん	5 □	清酒	1
	塩	0.3	てんぷら油	8 □	けずりふし(だし用)	2
	こしょう(白)	0.02	ゆず果汁	0.6 △	こんぶ(だし用)	0.5
	ガーリック	0.02	さとう(三温)	2 □	水	130
	パプリカパウダー	0.02	しょうゆ(濃)	2	豚肉(細切)	20 ○
	水	40	きゃべつ	30 △	ちんげん菜	30 △
	ホールコーン(冷)	20 △	にんじん	5 △	にんじん	5 △
	まぐろ油漬(フレーク)	10 ○	しょうゆ(淡)	2	たけのこ(水煮)	5 △
	きゃべつ	20 △	酢	0.5	しょうが	0.3 △
しょうゆ(淡)	1.5	さとう(三温)	0.2 □	にんにく	0.2 △	
酢	0.8			ごま油	0.5 □	
さとう(三温)	0.1 □			しょうゆ(濃)	1.5	
				清酒	0.5	
				さとう(三温)	0.5 □	
				ぶどう果汁	25 △	
				寒天(フレーク)	0.6 ○	
				さとう(上白)	5 □	
				水	25	

※栄養三色(□○△)
 <食品を栄養素の働きにより、三つに分類しています>
 □・・・黄色の食品(熱や力のもとになる食品 炭水化物・脂質)
 ○・・・赤色の食品(血や肉のもとになる食品 たんぱく質・カルシウム)
 △・・・緑色の食品(体の調子をととのえる食品 ビタミン・ミネラル)

川西市のホームページでは、給食関連情報を掲載しています。
 (例：主な食材の配合内容表やレシピ集など)

献立の実施方法(完全給食)

- ◆完全給食は、内容が「主食(主に米飯)、おかず、牛乳」の出る給食です。
- ◆月曜日から金曜日までの週5回実施しています。
- ◆献立は川西市内の小学校全て同じ給食を食べる全校統一献立です。
- ◆給食の物資(材料)は、低価格で合理的に調達するため、川西市教育委員会が各学校分をとりまとめて地元産を中心に共同一括購入しています。
- ◆献立の調理は、各学校の給食室で調理する単独校調理方式です。



学校給食費について

- ◆学校給食は、子どもたちが毎日の学校生活の中で楽しみにしているもののひとつですが、単にお昼の食事を提供しているというわけではなく、教育の一環として、学校給食法にもとづいて実施しています。
- ◆学校給食にかかる費用のうち、調理員の人件費、給食調理施設の建設等の整備費、設備の購入・維持にかかる費用は市町村が負担するものとして、学校給食法で定められています。
- ◆川西市ではガス・電気・水道等の光熱水費等は公費で負担し、毎日の給食献立の食材料費は「給食費」として保護者負担とすることが定められています。

学校給食の栄養

学校給食の栄養量の基準は、1日の必要量の3分の1でよいというわけではなく、家庭の食事で不足がちで、子どもの発育に欠くことのできない栄養素であるカルシウムやビタミン類は1日の必要量の40~60%を学校給食で摂取できるように考慮しています。

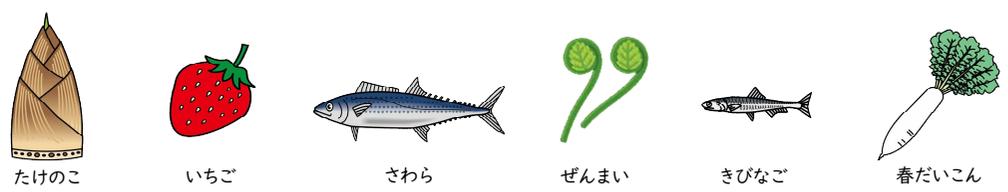
<食物アレルギー豆知識>
「海産物」について
 わかめ・あおさ・もずく・しらす干しなどの海産物には、エビやカニの幼生が混入していることがあります。

<材料の記載例>

- ・さとう(三温)：三温糖
- ・さとう(上白)：上白糖
- ・しょうゆ(淡)：淡口しょうゆ
- ・しょうゆ(濃)：濃口しょうゆ
- ・えび(80~120・冷)：重量1ポンドあたり80尾から120尾のえびが入っているもの
- ・鶏肉(若5)：若鶏の肉を1切れ5gの大きさにカットしたもの
- ・合挽肉(4.8)：牛肉と豚肉を1：1に合わせ、直径4.8mmの大きさに挽いたもの
- ・ごぼう(ささがき)：ごぼうをささがきにカット加工したもの
- ・こんぶ(だし用)：だしをとるために使用するこんぶ



4月の旬の食材



4年	エネルギー/たんぱく質 645kcal 25.4g	エネルギー/たんぱく質 631kcal 24.6g	エネルギー/たんぱく質 554kcal 18.4g
----	------------------------------	------------------------------	------------------------------