



4月 分献立のお知らせ

(基本食)

献立のお知らせは八戸市のホームページでもご覧いただけます。

アクセスはこちらから⇒

検索



◎アレルギー表示の見方について



- ①そば・落花生・かに・くるみは使用していません。
- ②料理ごとに使用しているアレルギー物質に○印をつけています。
- ③主食(ごはん、パン、めん)は、卵・乳・小麦・そばを扱うところで製造しているため、微量の混入の可能性(コンタミネーション)があります。

2024年度

小学校

Aブロック 八戸市教育委員会 西地区給食センター Tel : 0178 (32) 7890

日	曜日	はし持参日	献立名	アレルギー表示				使用のおもな食品とからだの中でのほたらき				エネルギー(kcal)	備考
				卵	乳	小麦	えび	おもに体を作る たんぱく質、無機質を多く含む	おもにエネルギーのもとになる 炭水化物、脂質を多く含む	おもに体の調子を整える カロテン、ビタミンCを多く含む	その他		
9	火	○	ごはん					ごはん				625	にくだんご : ひとり2こ
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			キャベツとえのきたけのみそしる					あぶらあげ みそ		キャベツ にんじん えのきたけ			
			にくだんご			○		ぶたにく とりにく		たまねぎ			
			ぶたにくいりきんぴらごぼう	○	○			ぶたにく ちくわ	ごま さとう サラダあぶら	ごぼう こんにやく にんじん	しょうゆ		
10	水		ゆきになんじんパン			○		ゆきになんじんパン				691	
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			クリームシチュー		○	○		とりにく しろいんげんまめ スキムミルク なまクリーム	じゃがいも サラダあぶら	たまねぎ にんじん パセリ	クリームポタージュ ベシャメルソース		
			オムレツ	○				たまご					
			かいそうサラダ			○		こんぶ わかめ かんてん	パンパンジードレッシング	もやし にんじん きゅうり			
11	木	○	ごはん					ごはん				645	
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			こまつなとあぶらあげのみそしる					とうふ あぶらあげ みそ		こまつな にんじん			
			にくじゃがコロケ			○		ぎゅうにく	じゃがいも パンこ なたねあぶら	たまねぎ			
			キャベツのいろいろ			○		だいずミート	サラダあぶら	キャベツ もやし にんじん あかピーマン きピーマン	ちゅうかスープのもと		
12	金	○	ほそうどん			○		ほそうどん				590	
			たまごうどん	○		○		とりにく たまご		キャベツ にんじん ほししいたけ ねぎ	しょうゆ		
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			しのだに	○		○		あぶらあげ すけとうだら たまご		にんじん			
			ビーンズサラダ					ひよこまめ あかいんげんまめ あおえんどうまめ ツナ	ごまドレッシング	ブロッコリー きゅうり			
15	月	○	ごはん					ごはん				618	
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			きりぼしだいこんのみそしる					あぶらあげ みそ	じゃがいも	きりぼしだいこん こまつな にんじん ねぎ			
			いわしうめおかか			○		いわし かつおぶし		うめ			
			ひじきのいりに	○	○			ぶたにく ひじき だいず ちくわ	さとう サラダあぶら	こんにやく にんじん	しょうゆ		
16	火	○	ごはん					ごはん				667	
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			せんべいじる			○		とりにく	おつゆせんべい	にんじん ごぼう ほししいたけ ねぎ	しょうゆ		
			さばのみそにわかさあえ			○		さば みそ		ほうれんそう キャベツ にんじん	しょうゆ		
17	水	○	ごはん					ごはん				611	
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			わかめとあぶらあげのみそしる					わかめ あぶらあげ みそ		たまねぎ もやし			
			チキンのオープンやき		○	○		とりにく チーズ	パンこ				
			やさいのうまに			○		こうやどうふ さつまあげ	じゃがいも さとう	にんじん さやいんげん だいこん	しょうゆ		
18	木	○	ごはん					ごはん				712	こもちししゃもからあげ : ひとり2び
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			かきたまじる	○		○		とりにく たまご なんと	でんぷん	はくさい ほししいたけ みつば	しょうゆ		
			こもちししゃもからあげ	○		○		こもちししゃも	こむぎこ なたねあぶら				
			にあえ			○	○	とうふ こんぶ	サラダあぶら	だいこん にんじん ごぼう	しょうゆ		
			おいわいゼリー					おいわいゼリー					
19	金	○	ちゅうかさ			○		ちゅうかめん				635	やさいぎょうざ : ひとり2こ 毎月19日は、食育の日です。
			ごもくみそラーメン			○		ぶたにく みそ	サラダあぶら	もやし キャベツ にんじん きくらげ たら にんにく	みそラーメンのもと		
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			やさいぎょうざ			○		ぶたにく	こむぎこ	キャベツ ねぎ			
			カラフルサラダ			○		チーズ	マヨネーズタイプドレッシング	ブロッコリー えだまめ コーン あかピーマン			
22	月	○	ごはん					ごはん				583	さめのにつけは、なんこつにきをつけてたべましょう。
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			だいこんとじゃがいものみそしる					みそ	じゃがいも	だいこん にんじん			
			さめのにつけ			○		さめ					
			すきやき			○		ぶたにく やきどうふ	いたふ さとう	こんにやく はくさい えのきたけ ねぎ	しょうゆ		
23	火	○	ごはん					ごはん				588	
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			わかたけじる			○		わかめ		たけのこ	しょうゆ		
			けんさんあつやきたまご	○		○		たまご					
			ぶたにくとなまあげのみそいため	○	○			ぶたにく なまあげ ちくわ みそ	サラダあぶら さとう	キャベツ たまねぎ チンゲンサイ あかピーマン ごぼう しょうが	しょうゆ		



4月 分献立のお知らせ

(基本食)

献立のお知らせは八戸市のホームページでもご覧いただけます。

アクセスはこちらから⇒

検索



◎アレルギー表示の見方について



- ①そば・落花生・かに・くるみは使用していません。
- ②料理ごとに使用しているアレルギー物質に○印をつけています。
- ③主食(ごはん、パン、めん)は、卵・乳・小麦・そばを扱うところで製造しているため、微量の混入の可能性(コンタミネーション)があります。

2024年度

小学校

Aブロック 八戸市教育委員会 西地区給食センター Tel : 0178 (32) 7890

日	曜日	はし 持参日	献立名	アレルギー表示				使用のおもな食品とからだの中でのほたらき				エネルギー (kcal)	備考
				卵	乳	小麦	えび	おもに体を作る たんぱく質、無機質を 多く含む	おもにエネルギーのもとになる 炭水化物、脂質を 多く含む	おもに体の調子を整える カロテン、ビタミンCを 多く含む	その他		
24	水		コッペパン		○	○		コッペパン				676	
			チョコクリーム		○			チョコクリーム					
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			やさいスープ			○		ベーコン	じゃがいも	ほうれんそう たまねぎ にんじん ぶなしめじ	コンソメ		
			とうふハンバーグ			○		とうふ とりにく		たまねぎ			
			グリーンツナサラダ					ツナ	コーンクリームドレッシング	ブロッコリー キャベツ きゅうり			
25	木		おおむぎごはん					おおむぎごはん				653	
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			ポークカレー		○	○		ぶたにく スkimミルク	じゃがいも サラダあぶら	たまねぎ にんじん	カレールー ホワイトルー		
			スプリングサラダ						コールスロドレッシング	かぶ アスパラガス きゅうり			
			ふくじんづけ			○				だいこん なす れんこん			
26	金	○	ちゅうぼそうどん			○		ちゅうぼそうどん				611	
			きつねうどん			○		とりにく あぶらあげ なると		にんじん ねぎ	しょうゆ		
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			ほしがたミンチカツ			○		ぶたにく	パンこ なたねあぶら	たまねぎ			
			ウイナーとブロッコリーのソテー					ウイナー	サラダあぶら	たまねぎ ブロッコリー カリフラワー あかピーマン			
30	火	○	ごはん					ごはん				598	
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			とりだんごじる			○		とりだんご とうふ みそ		ごぼう にんじん ねぎ ぶなしめじ			
			にしんみぞれに			○		にしん		だいこん			
			なのはなあえ	○		○		たまご	ごま さとう	キャベツ にんじん もやし なのはな	しょうゆ		
※ 栄養量は、月平均で計算し、八戸市学校給食摂取基準に近い値になるよう考慮した献立を作成しています。										月平均摂取量	634		
										八戸市摂取基準	650		

◎4月分の青森県産品は、パン、めん、牛乳、ぶた肉、ごぼう、みつ葉、にんにく、大豆ミート、さめの煮つけ、県産厚焼き卵です。

米は八戸産です。(天候により変更になることがあります。)

◎食材産地は、八戸市のホームページで公表しています。

◎加工食品は、使用する主な原材料を載せています。

～ ご家庭のみなさまへ ～

市のホームページでは、献立のお知らせのほか、学校給食のレシピや給食時間の校内放送資料を紹介しています。ぜひご覧ください。



🌸🌸🌸🌸🌸 ご入学・ご進級おめでとうございませう 🌸🌸🌸🌸🌸

4月は学校生活の新しいスタートの月です。学校生活を充実したものにするためには、何より健康が大切で、食事はその大きな基礎となります。給食センターでは、みなさんが毎日元気に過ごせるように、給食をとおして健康づくりのお手伝いをします。

《献立の内容について》



- ◆ごはん(週3～4回) : 八戸産「まっしぐら」を使用しています。大麦ごはんや赤飯もあります。
- ◆パン(第2・4水曜日) : 青森県産小麦「ゆきちから」を100%使用しています。コッペパン、黒コッペパン、雪にんじんパン、県産米粉を使用した米粉パンなどがあります。
- ◆めん(週1回) : めんには青森県産小麦「ねばりごし」を30%まぜています。中華そば、うどん、きしめん、そうめんなどがあります。
- ◆牛乳(毎日) : 1本200ccで、青森県産牛乳です。たんぱく質やカルシウムなど、成長期に必要な栄養素がバランスよく含まれています。
- ◆おかず : 和食・洋食・中華などの料理や、郷土料理、行事食なども取り入れています。調理方法も煮る、炒める、揚げる、和えるなど変化をもたせるように工夫しています。

～郷土料理や県産品を取り入れた献立～

6月と11月に「ふるさと産品給食の日」を実施しています。全国にほこれる青森県や八戸市の食べものを知って、ふるさとを大切に思う気持ちをもってほしいという願いをこめています。

<5年度11月に実施した献立>



- ★ごはん
- ★牛乳
- ★スタミナ豚汁
- ★県産厚焼き卵
- ★切り干し大根の煮物
- ★りんご

