



給食だより

令和7年度

太田市立太田小学校

ご入学、ご進級おめでとうございます。新しい学年になり新学期が始まりました。

今年度も、成長期のおみなさんの心と体の健康を支えるため、安全・安心で栄養バランスのとれたおいしい給食を提供していきたいと思ひます。どうぞよろしくお願いいたしします。

がっこうきゅうしょく もくひょう 学校給食の目標 ～7つのめあて～

学校給食は、児童生徒が、食事をとおしてさまざまなことを学び、望ましい食習慣や社会性などを身につけていく教育活動の1つです。学校給食法に基づき、7つのめあてを達成できるように、食に関する指導を行います。

けんこう からだ
健康な体をつくる



た かた まな
よい食べ方を学ぶ



ひと かか
人と関わる



た もの かんしゃ
食べ物に感謝する



はたら とうと
働くことを尊ぶ



しょくぶん か みらい つた
食文化を未来に伝える



しゃかい
社会のしくみを学ぶ



とうこうまえ
登校前に

きゅうしょくとうばん み
給食当番の身じたく

- ☆つめはみじかく切っておきましょう。
- ☆かみの毛は、ぼうしに入れましょう。
- ☆手をきれいに洗いましょう。
- ☆きれいなタオルやハンカチで手をふきましょう。
- ☆マスクで口と鼻をおおひましょう。



しっかり朝ごはんをたべよう！





4がつ こんだてひょう

日	曜	 さんだて		おもな ざいりょうと はたらき						えいようか (Kcal) たんぱく質 (g) 脂 質 (g)
				あか		みどり		きいろ		
				からだをつくる		からだのちょうしをととのえる		エネルギーのもとになる		
				1群	2群	3群	4群	5群	6群	
主食・飲み物		おかず	魚・肉・卵・豆・ 豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜 きのこ・果物	米・パン・めん いも・砂糖	油脂 種実		
			たんぱく質	無機質	カロテン	ビタミンC・食物せんい	炭水化物	脂質		
7	月	し ぎ ょ う し き ・ に ゅ う が く し き								
8	火	ロールパン ぎゅうにゅう	とりにくとマカロニのクリームに キャベツソテー	とりにく おさかなソーセージ	ぎゅうにゅう なまクリーム チーズ	にんじん	たまねぎ マッシュルーム キャベツ コーン	パン じゃがいも マカロニ	あぶら	625 25.4 23.5
9	水	ごはん ぎゅうにゅう	マーボー豆腐 チーズとえだまめのサラダ	とうふ とりにく みそ	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん にら	たまねぎ ねぎ もやし キャベツ きゅうり えだまめ	ごはん かたくりこ さとう	あぶら ごまあぶら ドレッシング	595 23.4 20.2
10	木	コッペパン チョコクリーム ぎゅうにゅう	カレーうどん こまつなサラダ	とりにく なると ツナ	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	たまねぎ ねぎ キャベツ レモン	パン さとう じゃがいも うどん チョクリーム	あぶら	588 24.1 25.7
11	金	ごはん ぎゅうにゅう	ぶたにくのなんぶやき わかめとツナのいろどりあえ みそけんちんじる	ぶたにく ツナ とうふ みそ あぶらあげ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん	もやし だいこん ねぎ ごぼう きゅうり	ごはん さとう こんにやく じゃがいも	あぶら ごまあぶら ごま	585 28.6 18.9
14にちから、1ねんせいのきゅうしょくがはじまります。おたのしみに！										
14	月	ごはん ぎゅうにゅう	にくじゃが すのもの おいおいクレープ	ぶたにく ツナ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん	たまねぎ しいたけ えだまめ きゅうり もやし	ごはん しらたき じゃがいも さとう ｸﾙｰﾌﾟ	あぶら	620 25.2 17.7
15	火	ミルクパン ぎゅうにゅう	スパゲティミートソース ツナサラダ	とりにく だいす ツナ	ぎゅうにゅう	にんじん ピーマン	たまねぎ キャベツ きゅうり コーン	パン スパゲティ	オリーブオイル ドレッシング	602 25.9 20.5
16	水	こぎつねごはん (ごはん) ぎゅうにゅう	(こぎつねごはんのぐ) あつやきたまご わかめのみそじる	とりにく たまご とうふ わかめ みそ あぶらあげ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん	ごぼう たまねぎ しいたけ	ごはん じゃがいも さとう	あぶら	611 26.7 21.7
17	木	ロールパン ぎゅうにゅう	しろみざかなフライ もやしいたけ はるキャベツのスープ	しろみざかな おさかなソーセージ ウインナー	ぎゅうにゅう	にんじん ピーマン さやえんどう	コーン キャベツ たまねぎ もやし	パン じゃがいも こむぎこ	あぶら	610 23.8 24.0
18	金	ごはん ぎゅうにゅう	ビーンズカレー ヨーグルトピーチ	ぶたにく とりにく だいす	ぎゅうにゅう ヨーグルト	にんじん トマト	たまねぎ りんご もも	ごはん じゃがいも	あぶら	606 20.3 16.1
21	月	ごはん ぎゅうにゅう	チキンだっす にくやさいいため はるさめとたまごのちゅうかｽｰﾌﾟ	とりにく ぶたにく たまご	ぎゅうにゅう	にんじん チンゲンサイ	しょうが キャベツ もやし たまねぎ ねぎ しいたけ	ごはん さとう かたくりこ はるさめ	あぶら ごま	590 28.5 19.4
22	火	くろパン ぎゅうにゅう	やきそば だいこんサラダ	ぶたにく ツナ	ぎゅうにゅう	にんじん にら	キャベツ もやし だいこん きゅうり	パン ちゅうかめん	あぶら ドレッシング	623 23.6 18.9
23	水	ごはん ぎゅうにゅう	ホキいろどりフライ だいこんしらたきのピリからいため やさいスープ	ホキ みそ とりにく とりにく	ぎゅうにゅう のり	にんじん こまつな	だいこん キャベツ たまねぎ	ごはん さとう じゃがいも ｵﾚﾝｼﾞ しらたき こむぎこ	あぶら	585 24.9 19.8
24	木	ごはん ぎゅうにゅう	ハンバーグトマトソース マカロニスープ オレンジ	とりにく ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん ﾋｰﾏﾄﾏﾄ	たまねぎ キャベツ オレンジ	パン じゃがいも さとう	オリーブオイル	604 23.3 16.4
25	金	ごはん ぎゅうにゅう	ブラウンシチュー チーズサラダ	ぶたにく	ぎゅうにゅう チーズ なまクリーム	にんじん	たまねぎ はくさい キャベツ きゅうり	ごはん じゃがいも ドレッシング	あぶら	585 22.0 17.9
28	月	ごはん ぎゅうにゅう	じゃがいものそぼろに ごますあえ ヨーグルト	とりにく	ぎゅうにゅう ヨーグルト	にんじん グリンピース こまつな	たまねぎ キャベツ きゅうり コーン もやし	ごはん さとう じゃがいも かたくりこ	あぶら ごま	617 23.1 14.7
29	火	し ょ う わ の ひ								
30	水	ごはん ぎゅうにゅう	さばのしおやき ごもくひじき とんじる	さば とうふ みそ だいす さつまあげ あぶらあげ ぶたにく	ぎゅうにゅう ひじき	にんじん	しいたけ ごぼう だいこん ねぎ	ごはん しらたき じゃがいも こんにやく さとう	あぶら	641 28.0 25.1

★都合により、献立や材料を変更する場合があります。★太字は太田市産農産物です。

★エネルギーの不足を補うため、麺類にはごはんまたはパンがついています。

おうちでもじゅんぴやかたづけのおてつだいをしよう！

きゅうしょくでは、ぜんいんがとうばんになって、じゅんぴやあとかたづけをします。

おうちでおてつだいをしていると、ごはんやスープを
よそうしごとやかたづけが、じょうずにできるようになります！
(おうちのひとまたすかり、たいへんさがわかるようになります)

