

# 4月分予定献立表・給食だより

《印は地場産物・郷土料理を取り入れた献立です。》  
 《各料理の番号は、同じ番号の食品からできています。》  
 《アレルギー等で食事制限の必要な場合は、献立表をよく見て材料のチェックをしてください。》  
 《アレルギーによる代替食品がでる献立には、(代)印がついています。》  
 《材料、天候、その他の都合により献立の変更をする場合があります。》  
 ※基本は、月曜日と水曜日と木曜日は、ごはんの日です。はしを忘れないようにしましょう。

令和6年度  
 中央学校給食センター  
 谷山学校給食センター

## Cブロック

清水中、吉野中、吉野東中、長田中  
 紫原中、西陵中、皇徳寺中、谷山北中

はし  
 はしを持ってくる日

### 献立表の見方

**「代マーク」** アレルギーによる代替食品がでる献立には、(代)印がついています。

**「はしのマーク」**  
 週3回はごはんの日です。Cブロックの学校は、基本は毎週月曜日と水曜日と木曜日は「はし持参の日」です。忘れないように持ってきてください。

**「食品の分類」**  
 使われている食品を体の中での働きによって、3つのグループに分類しています。

**「配膳図」** この献立表は配膳図も兼ねています。給食当番は、この絵をチェックしてから、準備を始めましょう。

**「桜島マーク」**  
 (鹿児島をイメージしました) このマークがついている料理は、郷土料理、地場産物を取り入れた献立です。

**「調味料」**  
 アレルゲンのない「こしょう」、「一味とうがらし」などの調味料に関しては、献立表への記載はありません。

**「栄養価」**  
 栄養基準は文部科学省で決められています。小学校の献立表には、中学年の栄養価をのせています。

	小学校	中学校
	低学年	中学年
エネルギー(kcal)	530	650
たんぱく質(g)	17.2~28.5	21.1~32.5
	25.4~39.0	27.0~41.5

### 使用食材について

各料理の番号と入っている食品は同じ番号です。

イラストの⑤五目野菜あんかけに入っているミートボールなどの加工品に使用されている食材は、( )書きで、3つのグループに分けて表示しています。

調味料の内容については、別紙の「給食食材の食物アレルギー資料」をご確認ください。

月	火	水	木	金
8	9	10	11	12
15	16	17	18	19
22	23	24	25	26

### アレルギーについてのお知らせ

献立表には表示されていませんが、「昆布」「わかめ」「ひじき」等には、漁法の関係で、いか・えび・かに・さば・稚魚・貝などが入っている場合があります。

### 《今月使用予定の野菜の産地》

※市場の入荷状況により、産地が変更になることがあります。

種類	産地	種類	産地	種類	産地
じゃがいも	長崎・鹿児島	しょうが	長崎・鹿児島	たけのこ	鹿児島
にんじん	長崎・鹿児島	こまつな	鹿児島	えのきたけ	宮崎・福岡・熊本
たまねぎ	鹿児島・佐賀・北海道	チンゲンサイ	鹿児島	しめじ	福岡・長野
キャベツ	鹿児島・熊本・宮崎	パセリ	佐賀・福岡	エリンギ	福岡・長崎
葉ねぎ	鹿児島	セロリ	福岡	かぼちゃ	ニューラッド・メキシコ
深ねぎ	鹿児島	にら	鹿児島・宮崎・熊本	ごぼう	青森
だいこん	鹿児島・熊本	赤パプリカ	韓国	もやし	鹿児島
きゅうり	鹿児島・宮崎	つわぶき	鹿児島	大豆もやし	鹿児島

### よくかんで 食べよう!!