

令和4年度

匝瑳市の学校給食

令和4年4月1日現在

人 口 34,696人（住民基本台帳）

世帯数 14,719世帯（住民基本台帳）

面 積 101.52km²

〒289-2101

千葉県匝瑳市春海1916番地

匝瑳市学校給食センター

TEL 0479-70-2210 FAX 0479-72-2150

E-mail s-ksk@city.sosa.lg.jp

目 次

1. 基本方針 P 1 ～ 2
2. 業務方針 P 3
3. 学校給食センターの組織及び機構 P 4
4. 学校給食の沿革 P 5
5. 学校給食センターの施設概要 P 6 ～ 7
6. 学校給食の運営 P 8
7. 学校給食センター運営委員会 P 8
8. 学校給食運営経費 P 9
9. 学校給食費の推移（保護者負担分） P 9
10. 学校給食の平均所要栄養量の基準 P 1 0
11. 業務委託の状況 P 1 0
12. 給食の搬送計画と所要時間 P 1 1 ～ 1 2

1. 匝瑳市学校給食センター基本方針

教育基本法及び学校給食法の理念に基づき、成長期にある園児・児童・生徒に安全・安心で栄養バランスの優れた食事を提供することにより、健康増進・体力の向上等を図りながら食に関する知識の普及に務めます。また、学校給食を通じて食事のマナーや規則正しい食習慣を身に付けさせると共に園児・児童・生徒の「豊かな心」の醸成に努めます。

学校給食法

(学校給食の目標)

第二条 学校給食を実施するに当たっては、義務教育諸学校における教育の目標を実現するために、次に掲げる目標が達成されるよう努めなければならない。

1. 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。
2. 日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。
3. 学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。
4. 食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。
5. 食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。
6. 我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。
7. 食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。

(1)食に関する指導について

次世代を担う子どもたちに、学校における食育の推進を図るため、学校給食の献立を生きた教材として活用し、食に関する知識を教えるだけでなく実践できるよう健全な食習慣の形成に務めます。また、栄養教諭等が給食時間や各教科等で指導の際、給食を活用した指導が行えるよう配慮すると共に、地場産物や郷土に伝わる伝統料理等を取り入れ、園児・児童・生徒が郷土に関心を寄せる心をはぐくむと共に地域の食文化の伝承に努めます。

(2)給食の内容について

地産地消の推進を図るため、地場産物、旬の食材を多く活用し、安全で安心して食べられる食材を使用します。さらに、栄養バランスに優れ、魅力あるおいしい給食となるよう、調理技術の向上に努めます。衛生管理体制についても、文部科学省の「学校給食衛生管理基準」に基づき、食材の安全性の確保及び調理場の衛生管理に努めます。

(3)給食業務の運営について

学校給食センターの運営に当たっては、園児・児童・生徒の食育への視点に立ち、現在の給食の質が低下しないよう、学校給食センター運営委員会の審議を尊重し、学校・家庭・地域が一体となって望ましい食習慣の育成に努めます。

また、本年度も学校給食センター職員が学校訪問を行い、園児・児童・生徒の給食時の様子や声を聞きながら、献立内容の充実に努めます。

学校給食センターの学校給食調理業務を平成30年度まで直営方式で実施してきましたが、民間活力を利用し、同業務の一層の効率化を図るため令和元年度から民間事業者に調理業務を委託しています。

(4)給食実施計画

ア 年間給食回数 米飯は週3回と8の付く日、パン(水)、麺(隔週金)【R4. 4. 1現在】

ご飯	パン	麺	計
138	35	19	192

イ 給食対象数【R 4. 4. 1 現在】

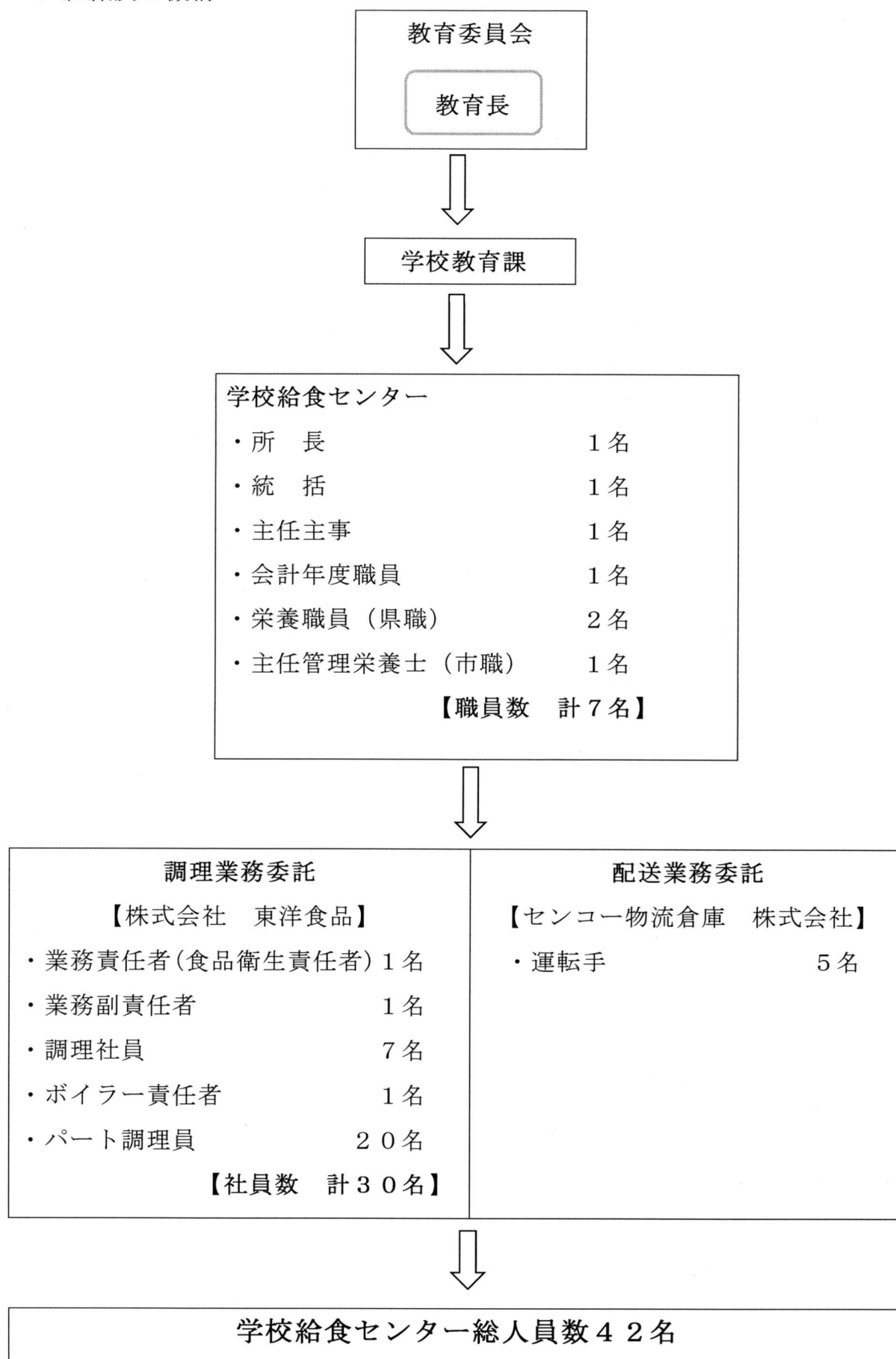
八日市場幼稚園	のさか幼稚園	平和小学校	椿海小学校
2 9	1 4	1 7 9	2 2 7
八日市場小学校	豊栄小学校	須賀小学校	共興小学校
3 4 3	1 9 1	1 7 3	9 3
吉田小学校	豊和小学校	栄小学校	野田小学校
5 3	6 1	1 4 0	2 1 2
八日市場第一中学校	八日市場第二中学校	野栄中学校	給食センター
3 2 3	3 8 1	1 9 8	3 8
飯高特別支援学校	計		
1 0 7	2, 7 6 2		

【小学校1,672 中学校902 幼稚園43 特別支援107 給食センター38】

2. 業務方針

- (1) 学校給食の運営に関し、審議及び調査研究を行うため5月・1月に学校給食運営委員会を開催します。
- (2) 給食主任者会議の開催をはじめ、栄養士の学校訪問、専門的な立場からの計画的な授業参画を行うなど献立の充実や衛生管理の徹底を図ります。
- (3) 家庭や地域、保健所及び市保健センターとの連携を深め、栄養指導の充実を図ります。家庭教育学級、PTA等の施設見学会並びに試食会、給食便り、栄養一口メモの発行等により家庭との連携を深めます。
- (4) 地元産米をはじめ、地場産物の野菜等を学校給食に取り入れて児童生徒の郷土への誇りを培います。
- (5) 給食用物資の選定に当っては、安全性が高く、良質のものを基準にします。
購入方法については、県学校給食会の基幹物資（パン・牛乳）や一般物資で特別な物を除いて、原則として見積もり合わせによるものとします。
- (6) 調理技術と作業効率の向上に努めます。
新しい調理機の導入による献立の多様化に伴い、職員の研修等を行い、作業がしやすいように環境整備や指導を充実していきます。
- (7) 衛生管理及び労働安全を徹底します。
衛生管理及び労働安全について、職員を対象とした研修会や講習会を計画的、効果的に実施していきます。

3. 組織及び機構



4. 学校給食の沿革

【八日市場】

八日市場学校給食は、学校給食法（昭和29年）の施行に伴い、昭和29年7月に須賀小学校の単独校給食を皮切りに開始され、昭和36年8月に平和小学校、昭和37年9月に吉田小学校、昭和38年3月に中央小学校、昭和39年6月に豊和小学校とパン食を主体とした給食が進められてきました。

昭和40年、飯高、共興、椿海の各小学校からの陳情もあり、「給食センター設立」の検討が進められましたが、昭和43年、建設候補地の水質の問題で中断されました。

その後、昭和50年から市内PTA連絡協議会等の関係者による先進地視察や陳情等が行われ、昭和52年9月、実施計画が決定、翌年3月市議会で給食センター建設事業予算が可決されました。昭和53年11月の竣工により幼稚園、小中学校（1園、11校）へ均一な給食が実施されることとなりました。

【野栄】

野栄学校給食は、昭和38年11月に野田小学校、栄小学校に給食室を設置し、自校式による学校給食が開始されました。

その後、中学校統合等の学校教育施設整備に伴い、幼稚園、小中学校（2園、3校）に学校給食を提供する共同調理場を昭和51年に建設、センター方式による運営を開始しました。

【匝瑳市】

平成18年1月23日、八日市場市と野栄町が合併、匝瑳市が誕生しました。これに伴い「匝瑳市八日市場学校給食センター」「匝瑳市野栄学校給食センター」に改められました。

合併後、両施設の老朽化が進んでいること、少子化に伴い児童生徒数が減少していることから、安全安心でおいしい給食を効率的に提供するため、平成23年度より新学校給食センターの建設事業を進めてまいりました。

平成26年7月に2施設を1施設に統合整備した「匝瑳市学校給食センター」が完成し、現在、市内幼稚園、小中学校（2園、13校）及び飯高特別支援学校へ1日当たり約2,800食の給食を提供しています。

5. 学校給食センターの施設概要

- (1) 所在地 匝瑳市春海 1 9 1 6 番地
- (2) 名 称 匝瑳市学校給食センター
- (3) 敷地面積 7,220.85 m²
- (4) 設計監理 株式会社総和技術研究所
- (5) 施工者 建築 古谷建設株式会社
電気設備 株式会社三和電設
空調設備 株木建設工業株式会社
衛生・厨房設備 大成温調株式会社東関東支店
- (6) 事業費 工事費 1,413,090,000 円
設計監理 12,810,000 円
- (7) 建築内容 鉄骨造 2 階建 延床面積 2,418.12 m²
1 階 (2,033.67 m²) ホール・下処理室・調理室・洗浄室
コンテナ室・事務室他
2 階 (384.45 m²) ホール・会議室・男女休憩室他
- (8) 給食開始日 平成 2 6 年 9 月 3 日
- (9) 最大調理能力 4, 0 0 0 食

(10) 設備調理機器等

R4.4.1 現在

名 称	数 量	名 称	数 量
【検収室・泥落とし室・油庫】		【上処理コーナー・煮炊き室】	
デジタル台座	1	ローラーコンベア	4
カートイン消毒保管庫	2	フードスライサー	2
検食冷凍庫	1	サイの目切機	1
新油タンク・廃油タンク	1	フードカッター	1
【下処理室】		プレート殺菌庫	2
野菜冷蔵庫・冷凍庫	2	包丁まな板殺菌庫	1
器具洗浄保管庫	1	蒸気回転窯	8
包丁まな板殺菌庫	1	器具消毒保管庫	2
【調味料室・卵処理室】		検食冷凍庫	1
パススルー冷蔵庫	3	【和え物室】	
器具消毒保管庫	3	スチームコンベクションオープン	1
卵用冷蔵庫	1	真空冷却機	1
【肉・魚下処理室】		サラダ冷蔵庫	1
肉・魚冷凍室	2	器具消毒保管庫	1
包丁まな板殺菌庫	2	【炊飯室】	
器具消毒保管庫	1	連続炊飯器	1
【揚げ・焼き・蒸し物室】		炊飯釜	50
連続フライヤー	1	器具消毒保管庫	1
スチームコンベクションオープン	2	【コンテナ室】	
器具消毒保管庫	1	カートイン食缶消毒保管庫	10
【アレルギー調理室】		冷却機能付食缶消毒保管庫	2
冷凍冷蔵庫	1	食器用コンテナ	22
器具消毒保管庫	1	食缶用コンテナ	19
電磁調理器	2	天吊式コンテナ消毒装置	22
電子レンジ	2	【洗浄室】	
容器消毒保管庫	1	コンテナ洗浄機	1
		システム食器・トレイ洗浄機	1

6. 学校給食の運営

(1) 年間給食予定数(令和4年度)【R4.4.1現在】

幼稚園 180回(八日市場、年少180回)・187回(のさか)

小学校 192回(1年生189回)

中学校 192回

(2) 主食の内容

①米飯は週3回と8の付く日、パンは毎週水曜日、麺は隔週金曜日に実施

②米は市内産を活用し、発芽玄米、麦を活用した給食を実施

(3) 1日の調理数 約2,800食

(4) 令和4年度の給食費(保護者負担分)

幼稚園 月額 3,680円(1食230円)

小学校 月額 4,200円(1食240円)

中学校 月額 4,700円(1食270円)

(5) 配送計画

配送車(3トン車)5台を使用し、民間業者へ業務委託している。

①食器配送	9:00~10:10	配送距離 84.5 km
②食缶配送	10:45~11:52	配送距離 100.4 km
③回収	13:00~14:57	配送距離 136.0 km (合計 320.9 km/日)

7. 学校給食センター運営委員会

匝瑳市学校給食センターの運営に関し、重要な事項について審議及び調査研究を行い、学校給食センターの運営を適正かつ円滑に行うため「匝瑳市学校給食センター運営委員会」を設置しています。

(1) 委員 23人以内

市立小中学校長及び市立幼稚園教頭	8人
市立小中学校及び市立幼稚園PTA代表	7人
地域保健センター副センター長	1人
学校医、学校歯科医及び学校薬剤師	3人
学識経験者	2人

(2) 任期 2年

8. 学校給食運営経費

保護者の負担している給食費は、食材料費で学校給食に係る全体経費の約32%です。食材料費以外の運営経費は、市費負担で賄っています。

【給食に要する経費】

令和4年度予算

単位：円

区 分	経 費	経 費 内 訳	
		食材料費 (保護者負担分)	食材料費以外の運営経費 (市費負担分)
令和4年度予算額	325,786,000	104,812,000	220,974,000
1人当たり経費(年額)	120,438	38,748	81,691
1食当たり経費	628	202	426

※運営経費とは、人件費、施設・設備の管理費、調理備品・消耗品等の購入費、光熱水費等の学校給食費に係る食材料費以外の経費

【給食費】

区 分	幼稚園	小学校	中学校
1食当たり単価	230円	240円	270円

9. 学校給食費の推移

単位：円

区 分		H18		H21		H26		R 2	
幼稚園	八日市場	210	2,940	230	3,680	230	3,680	230	3,680
	野栄	230	4,000	230	3,680	230	3,680	230	3,680
小学校	八日市場	230	4,140	250	4,500	250	4,360	240	4,200
	野栄	241	4,200	250	4,500	250	4,360	240	4,200
中学校	八日市場	260	4,680	280	5,040	280	4,900	270	4,700
	野栄	276	4,800	280	5,040	280	4,900	270	4,700
改定		H12から据置		平均7.23%		月額△140円		小・中学校減額	

※平成21年度に単価改定により給食費を統一

※平成26年度に小中学校の年間食数を192食として月額を見直し

※令和2年度から小・中学校の給食費を改定(減額)

- ・小学校月額4,360円から4,200円に160円減額・1食250円から240円に10円減額
- ・中学校月額4,900円から4,700円に200円減額・1食280円から270円に10円減額

10. 学校給食の平均所要栄養量の基準

令和3年4月1日改正

区 分	幼稚園 (園児)	小学校 (児童)			中学校 (生徒)
		低学年 6～7歳	中学年 8～9歳	高学年 10～11歳	
エネルギー (kcal)	490	530	650	780	830
たん白質 (%)	学校給食による摂取エネルギー全体の13%～20%				
脂肪 (%)	学校給食による摂取エネルギー全体の20%～30%				
カルシウム (mg)	290	290	350	360	450
鉄 (mg)	2.0	2.0	3.0	3.5	4.5
ビタミンA (μGRE)	190	160	200	240	300
ビタミンB1 (mg)	0.3	0.3	0.4	0.5	0.5
ビタミンB2 (mg)	0.3	0.4	0.4	0.5	0.6
ビタミンC (mg)	15	20	25	30	35
食物繊維 (g)	3.0以上	4.0以上	4.5以上	5.0以上	7.0以上
マグネシウム (mg)	30	40	50	70	120
亜鉛 (mg)	1.0	2.0	2.0	2.0	3.0
ナトリウム食塩相当量 (g)	1.5未満	1.5未満	2.0未満	2.0未満	2.5未満

11. 業務委託の状況

	名 称	予算額 (千円)	備 考
1	学校給食調理業務	90,090	株式会社 東洋食品
2	学校給食配送業務	14,718	センコー物流倉庫(株)
3	ボイラー設備保守管理業務	901	三浦工業(株)
4	廃水処理施設・浄化槽維持管理業務	2,033	フジクリーン工業(株)
5	エレベータ保守管理業務	666	三菱ビルテクノサービス(株)
6	衛生保守管理業務	684	イカリ消毒成田 株式会社
7	厨房機器保守点検業務	1,100	タニコー(株)千葉営業所
8	自動制御機器保守点検業務	979	日本電技(株)千葉支店
9	空調用エアフィルター保守点検業務	669	進和テック(株)
10	送風機保守点検業務	1,482	テラル(株)
11	その他	7,061	
	合 計	120,438	

匝瑳市学校給食センター給食配送業務

令和4年度

— 給食配送コース表 —

○数字は積載コンテナ数

車両	出発時間	配送コース(区間距離・順路・所要時間・到着時間・コンテナ数)
1 コース	1往復目 9:00 センター ③	24分 → 12.0km 9:24 栄小 ① 7分 → 3.5km 9:36 野菜中 ① 6分 → 2.7km 9:47 須賀小 ① 15分 → 7.4km 10:07 センター
	2往復目 10:45 センター ④	15分 → 5.3km 11:00 八二中 ② 10分 → 4.6km 11:15 豊栄小 ① 12分 → 5.5km 11:32 須賀小 ① 15分 → 7.1km 11:52 センター
2 コース	1往復目 9:15 センター ②	8分 → 3.7km 9:23 八日市場小 ② 8分 → 3.7km 9:35 センター
	2往復目 10:45 センター ③	20分 → 10.4km 11:05 野田小 ① 2分 → 0.8km 11:12 のさか幼 混① 5分 → 2.1km 11:22 栄小 ① 25分 → 12.6km 11:52 センター
3 コース	1往復目 9:05 センター ⑤	5分 → 2.3km 9:10 八一中 ② 3分 → 1.2km 9:18 椿海小 ② 10分 → 4.7km 9:33 豊和小 ① 5分 → 2.4km 9:42 センター
	2往復目 10:50 センター ④	8分 → 3.5km 10:58 八日市場幼 混① 2分 → 0.2km 11:05 八日市場小 ② 11分 → 5.8km 11:21 吉田小 混① 21分 → 10.6km 11:47 センター
4 コース	1往復目 9:05 センター ④	11分 → 5.3km 9:16 平和小 ① 6分 → 2.8km 9:27 共興小 ① 7分 → 3.4km 9:39 野田小 ② 20分 → 10.4km 10:04 センター
	2往復目 10:50 センター ③	11分 → 5.3km 11:01 平和小 ① 6分 → 2.8km 11:12 共興小 ① 9分 → 4.2km 11:26 野菜中 ① 18分 → 9.0km 11:49 センター
5 コース	1往復目 9:10 センター ③	15分 → 5.3km 9:25 八二中 ② 10分 → 4.2km 9:40 豊栄小 ① 25分 → 9.5km 10:10 センター
	2往復目 10:55 センター ⑤	5分 → 2.3km 11:00 八一中 ② 3分 → 1.2km 11:08 椿海小 ① 11分 → 4.7km 11:24 豊和小 ① 5分 → 2.4km 11:34 センター

— 給食回収コース表 —

○数字は回収コンテナ数

車両	出発時間	回収コース及び到着時間
1 コース	13:00 センター	4分 → 13:04 豊和小 ② → 4分 13:13 センター → 4分 13:22 椿海小 ③ → 4分 13:31 センター 2.4km 2.4km 2.7km 2.7km
2 コース	13:00 センター	5分 → 13:05 八一中 ④ → 5分 13:15 センター → 11分 13:31 平和小 ② → 6分 13:42 共興小 ② → 17分 14:04 センター 2.3km 2.3km 5.3km 2.8km 7.8km
3 コース	13:05 センター	8分 → 13:13 八日市場幼 混① → 2分 13:20 八日市場小 ④ → 10分 13:35 センター → 26分 14:06 栄小 ② → 8分 14:19 須賀小 ② → 3.5km 0.2km 3.7km 12.6km 4.1km 20分 → 14:44 センター 7.1km
4 コース	13:00 センター	21分 → 13:21 のさか幼 混① → 3分 13:29 野栄中 ② → 18分 13:52 センター → 21分 14:18 豊栄小 ② → 8分 14:31 吉田小 混① → 10.7km 1.3km 9km 8.3km 4km 21分 → 14:57 センター 9.4km
5 コース	13:00 センター	20分 → 13:20 野田小 ③ → 20分 13:45 センター → 15分 14:05 八二中 ④ → 20分 14:30 センター 10.4km 10.4km 5.3km 5.3km

学校給食用食材放射性物質検査結果の状況(R3年4月～R4年3月)

番号	検査実施日		検体名	産地	セシウム134 (ベクレル/kg)	セシウム137 (ベクレル/kg)	検査場所	備考
	月	日						
1	4	15	に ら	旭 市	不 検 出	不 検 出	給食センター	
2		15	キャベツ	銚子市	〃	〃	〃	
3	5	17	キュウリ	匝瑳市	〃	〃	〃	
4		17	玉ねぎ	白子町	〃	〃	〃	
5	6	1	じゃがいも	匝瑳市	〃	〃	〃	
6		1	人 参	香取市	〃	〃	〃	
7	7	5	ピーマン	匝瑳市	〃	〃	〃	
8		5	な す	千葉	〃	〃	〃	
9	9	8	じゃがいも	富里市	〃	〃	〃	
10		14	に ら	旭 市	〃	〃	〃	
11	10	6	小松菜	匝瑳市	〃	〃	〃	
12		6	キュウリ	千葉市	〃	〃	〃	
13	11	9	キャベツ	銚子市	〃	〃	〃	
14		9	小松菜	旭 市	〃	〃	〃	
15	12	7	か ぶ	東庄町	〃	〃	〃	
16		7	白 菜	茨城県	〃	〃	〃	
17	1	12	椎 茸	銚子市	〃	〃	〃	
18		12	人 参	千葉	〃	〃	〃	
19	2	9	大 根	銚子市	〃	〃	〃	
20		9	人 参	香取市	〃	〃	〃	
21	3	3	キュウリ	匝瑳市	〃	〃	〃	
22		3	キャベツ	銚子市	〃	〃	〃	

注)

- 1 分析方法 Nai(TI)シンチレーションスペクトロメータによる各種分析法
- 2 基準値 放射性セシウムに係る基準値(一般食品):100ベクレル/kg
- 3 測定結果 ベクレル/kg

学校給食残菜率集計表(令和3年4月～令和4年3月)

1. 残菜率(献立構成別)

区分	幼稚園	小学校	中学校
主食(ごはん)	10.0%	11.4%	20.3%
主菜	10.1%	14.2%	13.5%
汁物	14.6%	17.9%	22.1%
副菜	18.3%	18.5%	22.9%
平均残菜率	13.1%	15.4%	20.2%

2. 学校(園)別残菜率表

学校(園)	平均残菜率		増 減
	令和3年度	令和2年度	
八日市場幼稚園	14.9%	12.3%	2.6%
のさか幼稚園	10.9%	15.2%	-4.3%
平和小	19.7%	17.9%	1.8%
椿海小	12.0%	10.7%	1.3%
八日市場小	15.1%	12.1%	3.0%
豊栄小	13.7%	11.7%	2.0%
須賀小	14.8%	14.5%	0.3%
共興小	7.8%	10.3%	-2.5%
吉田小	10.4%	13.8%	-3.4%
豊和小	23.0%	18.6%	4.4%
栄小	14.6%	13.9%	0.7%
野田小	20.6%	17.5%	3.1%
八日市場一中	22.0%	21.6%	0.4%
八日市場二中	19.9%	18.6%	1.3%
野栄中	18.0%	17.4%	0.6%

令和3年度見学・試食一覧

	月日	参加者	人数	内容
1	4月	・コロナ禍のため、令和3年度の給食センター見学は、中止としました。		
2	5月			
3	6月			
4	7月			
5	9月			
6	10月			
7	11月			
8	12月			
9	1月			
10	2月			
11	3月			
合計		0 件	0 名	



令和4年 5月



予定献立表(ようちえん)



匠瑛市学校給食センター



日	こ	ん	だ	て	名	牛乳	おもな材料とその働き			一口メモ	エネルギー	
							血や肉になるもの 赤色の食品	働く力になるもの 黄色の食品	体の調子を整えるもの 緑色の食品		たんぱく質	脂質
2月	ごはん	さけわかくさやき	わかたけじり	こいボーロ	しんじゃがいも	のそぼろに	さけ とうふ かまぼこ わかめ ぶたにく なまあげ 牛乳	こめ マヨネーズ パンこ あぶら じゃがいも さとう こいボーロ	たまねぎ にんじん たけのこ えのき ねぎ ごんにやく さやいんげん パセリ	5月5日は端午の節句。こいのぼりには、力強く泳ぐこいのように元気に育ってほしいという願いがこめられています。	532kcal	
6金	キラもちむぎごはん	チキンカレー	かいそうサラダ	ヨーグルト			とりにく かいそう ヨーグルト ぎゅうにゅう	こめ キラもちむぎ あぶら じゃがいも ひよこまめ カレーウ ドレッシング	たまねぎ にんじん にんにく しょうが キャベツ もやし きゅうり	5月	511kcal	
9月	ごはん	ぼうぎょうざ	トックスープ	パンパンジー			ぼうぎょうざ ぶたにく とりにく ぎゅうにゅう	こめ ごまあぶら トック さとう ごま	にんじん たけのこ しいたけ たまねぎ チンゲンサイ きゅうり もやし しょうが	パンパンジーは、細かく切った鶏肉にごま味のソースをかけた料理です。今日はラー油を加えてピリ辛に仕上げます。	452kcal	
10火	ごはん	いかごまフライ	わふうやさい	なめこじる			いかごまフライ とうふ みそ わかめ ぶたにく ぎゅうにゅう	こめ あぶら でんぶ	にんじん だいこん なめこ ねぎ たまねぎ キャベツ もやし あかピーマン	和風野菜炒めは、味つけに塩こうじを使います。うま味が加わりおいしくなります。	472kcal	
11水	ミルクロールパン	スコッチエッグ	ケチャップソース	ハム	ハム	ハム	スコッチエッグ パーコン あさり ハム ぎゅうにゅう	パン さとう じゃがいも ベシメルソース しらいんげんまめ ドレッシング	たまねぎ にんじん コーン パセリ キャベツ もやし きゅうり	クラムチャウダーには入っているあさは春と秋の2回旬があり、特に3月から5月はおいしい季節です。	537kcal	
12木	ごはん	かつおりょうしあげ	れんこんのきんぴら	はるキャベツのみそしる			かつおりょうしあげ えいようだし あぶらあげ とうふ みそ ぎゅうにゅう	こめ あぶら こんにやく ごまあぶら さとう ごま	にんじん だいこん キャベツ えのき ねぎ れんこん あかピーマン さやいんげん	春に出回る春キャベツは、巻きがゆるくやわらかいのが特徴です。	468kcal	
13金	ごはん	ミートソース	まっちゃんワッフル	アスパラサラダ			ぶたにく たいす チーズ スキムミルク ジャア	スバゲッティ あぶら バター オリーブ油 ハヤシウ デミソース ドレッシング まっちゃんワッフル	にんじん たまねぎ セロリー マッシュルーム トマト キャベツ きゅうり アスパラ コーン にんにく	5月は新茶の季節です。抹茶を使ったカップケーキには粉末アーモンドとホワイトチョコが入っています。	527kcal	
16月	ごはん	ぶたどんのぐ	おひたし	チーズ			ぶたにく チーズ かつおぶし ぎゅうにゅう	こめ さとう	ごぼう ごんにやく たまねぎ しめじ えのき グリンピース ほうれんそう にんじん キャベツ もやし	食器は大切に使う	485mg	
17火	ごはん	さばかんこくふみやき	ひじきに	かきたまじる			さばかんこくふみやき たまご ひじき さつまあげ ぎゅうにゅう	こめ でんぶ あぶら さとう	にんじん たまねぎ しいたけ はくさい ほうれんそう ごぼう こんにやく えだまめ	★食育クイズ★ 収穫してすぐのひじきは何色でしょう？ ①黒色 ②緑色 ③赤色	492kcal	
18水	ごはん	テーブルロールパン	ほきとマトクリームフライ	とりさきとえだまめのサラダ	ミネストローネ		ほきとマトクリームフライ パーコン とりにく ぎゅうにゅう	パン あぶら じゃがいも マカロニ オリーブ油 ドレッシング マヨネーズ	セロリー にんにく たまねぎ にんじん キャベツ トマト きゅうり えだまめ	★地産地消★ 今日の献立は、匠瑛市や千葉県内で生産された食材を多く使用しています。	491kcal	
19木	ごはん	かみかみにぼし	いそかあえ	みそけんちんじる			ぶたにく あぶらあげ とうふ みそ おしゃべりみそ かつおぶし のり にぼし ぎゅうにゅう	こめ ごまあぶら さといも あぶら	ごぼう にんじん しょうが だいこん こんにやく ほうれんそう ねぎ こまつな キャベツ	★自分で作るオムライス★ チキンライスをふわとろ卵をのせてケチャップをかければ、オムライスの完成♪	478kcal	
20金	ごはん	オムライス	ケチャップ	ペンネソテー	やさいスープ	さくらんぼゼリー	とりにく ぶたにく ちくわ ふわとろたまご パーコン ぎゅうにゅう	こめ あぶら じゃがいも ペンネ ゼリー	にんじん たまねぎ キャベツ トマト スズキニ コーン しめじ ピーマン パセリ	くるととグルメ 今日は『和歌山県』の郷土料理や特産物を使った料理が登場します。	498kcal	
23月	ごはん	とりにくめはちみつやき	こうやどうふのたまごじ	おつけ			とりにく ぶたにく ちくわ あぶらあげ みそ たまご こうやどうふ ぎゅうにゅう	こめ さとう はちみつ さといも	にんじん だいこん ごぼう こんにやく こねぎ うめ たまねぎ グリンピース	クッパとは、韓国語で「クッ」はスープ、汁。「パッ」はご飯を意味し、スープとご飯を組み合わせた韓国料理を指します。	521mg	
24火	ごはん	いかにチリソース	ちゅうかふうあえもの	とりにく			いか とりにく たまご ハム ぎゅうにゅう	こめ あぶら でんぶ さとう ごま ごまあぶら	ねぎ にんにく しょうが しいたけ にんじん たけのこ しめじ にら もやし きゅうり	クッパとは、韓国語で「クッ」はスープ、汁。「パッ」はご飯を意味し、スープとご飯を組み合わせた韓国料理を指します。	482kcal	
25水	ごはん	ソーセージ	アーモンドサラダ	グリンピーススープ			ソーセージ とりにく スキムミルク ぎゅうにゅう ジャア	パン あぶら じゃがいも ベシメルソース なまクリーム アーモンド ドレッシング	にんじん たまねぎ ほうれんそう グリンピース マッシュルーム キャベツ きゅうり にんにく	グリンピーススープは、グリンピースをベースにして牛乳を加えたまろやかなスープです。	499kcal	
26木	ごはん	あじしんたまねぎソース	ごもくうまに	しんじゃがいものみそしる			あじ あぶらあげ とうふ みそ あけボール とりにく ぎゅうにゅう	こめ でんぶ ごもく あぶら さとう じゃがいも ごま さといも	たまねぎ にんにく しょうが ねぎ きぬさや ごぼう こんにやく れんこん にんじん	新じゃがが芋は今年収穫されたじゃが芋のことで、やわらかくみずみずしいのが特徴です。	518kcal	
27金	うどん	チーバくんさつまあげ	フルーツしらたま	なめこおろしうどんじる			チーバくんさつまあげ ぶたにく あぶらあげ ぎゅうにゅう	うどん さとう しらたま せり	にんじん しいたけ だいこん なめこ まいたけ ほうれんそう ねぎ はくとう みかん バイン	さつまあげは、魚のすり身を成形して油で揚げたものです。何の形かな？	503kcal	
30月	ごはん	チキンみそカツ	きりぼしだいこんに	もずくのすましじる			とりにく みそ とうふ おしゃべりみそ なると もずく あぶらあげ さつまあげ ぎゅうにゅう	こめ こむぎこ パンこ あぶら さとう ごま	にんじん えのき ほうれんそう しいたけ だいこん ねぎ	もずくは海そうの仲間、ぬめりがあるのが特徴です。腸内環境をよくしてくれる働きがあります。	504mg	
31火	ごはん	きつかわし	スタミナため	なまあげのみそしる			ぶたにく たまご スキムミルク えいようだし なまあげ みそ ぎゅうにゅう	こめ さとう ごまあぶら でんぶ	しいたけ たまねぎ はくさい にんにく しょうが だいこん えのき ねぎ ひらたけ こまつな もやし にら		485kcal	

*栄養だしは、県内産いわし、かつおを燻して粉末にした「天然のだし」です。

*おしゃべりみそは、市内で無農薬で作られた大豆から作る「手作りみそ」です。

*米は、市内産を使用します。

*ごはんに黄色い米が混入することがあります。これは炊飯時にビタミンを強化した米を混ぜている為です。

17日の答え：②緑色

岩場に生息しているひじきは緑色です。洗みをとるために長時間加熱することで黒色になります。

*5月分の給食費の引き落としは、5月31日(火)です。口座の確認をお願いします。

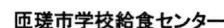
基準栄養量

エネルギー	490kcal
たんぱく質	15~24g
脂質	10~16g
カルシウム	290mg
塩分	1.5g

*材料の割合により

献立を変更することがあります。

エネルギー	497kcal
たんぱく質	21.0g
脂質	17.1g
カルシウム	325mg
塩分	1.8g



*5月分の給食費の引き落としは、5月31日（火）です。口座の確認をお願いします。



令和4年 5月



予定献立表(中学校)



匠瑳市学校給食センター



日	こ	ん	だ	て	名	牛乳	おもな材料とその働き			一口メモ	エネルギー	
							血や肉になるもの 赤色の食品	働く力になるもの 黄色の食品	体の調子を整えるもの 緑色の食品		たんぱく質 カルシウム	脂質 塩分
2月	ご飯	かつおフライ	若竹汁	かしわもち	新じゃがいものそぼろ煮	ジョア	かつおフライ 豆腐 わかめ かまぼこ 豚肉 生揚げ ジョア	米 油 じゃが芋 砂糖 柏もち	人参 たけのこ えのき 玉ねぎ さやいんげん ねぎ こんにゃく	柏の葉は、新芽が出ないと古い葉が落ちないことから、子孫繁栄の願いを込めて、かしわもちが食べられるようになりました。	844kcal	
6金	キラリもち麦ご飯	チキンカレー	海そうサラダ	ヨーグルト		○	鶏肉 海そう ヨーグルト 牛乳	米 キラリもち麦 油 ひよこ豆 カレーウ じゃが芋 ドレッシング	玉ねぎ 人参 にんにく しょうが キャベツ にやし きゅうり		826kcal	
9月	ご飯	いかチリソース	トックスープ	パンパンジー		○	いか 豚肉 鶏肉 牛乳	米 砂糖 油 でん粉 ごま油 トック ごあ	人参 にんにく 生姜 ねぎ 椎茸 玉ねぎ たけのこ チンゲン菜 きゅうり もやし	パンパンジーは、細かく切った鶏肉にこま味のソースをかけた料理です。今日はラー油を加えてピリ辛に仕上げます。	813kcal	
10火	ご飯	菊花蒸し	なめこ汁	ハニービーナッツ	和風野菜炒め	○	鶏肉 卵 みそ スキムミルク 豆腐 わかめ 牛乳	米 砂糖 油 でん粉 落花生	椎茸 玉ねぎ 白菜 しょうが 人参 大根 なめこ ねぎ キャベツ もやし 赤ピーマン	菊花蒸しは、菊の花びらに見たてた錦糸卵を肉団子にまぶした料理です。	842kcal	
11水	きなこ揚げパン	クラムチャウダー	ハムコーンサラダ	さくらんぼゼリー		○	ベーコン きなこ あさり ハム 牛乳	パン じゃが芋 白いんげん豆 油 ベシヤメルソース ドレッシング ゼリー	玉ねぎ 人参 コーン パセリ キャベツ きゅうり もやし	クラムチャウダーにはいつているあさは春と秋の2回旬があり、特に3月から5月はおいしい季節です。	808kcal	
12木	ご飯	鮭若草焼き	春キャベツのみそ汁	チーズ	れんこんきんぴら	○	鮭 栄養だし 油揚げ 豆腐 みそ チーズ 牛乳	米 マヨネーズ パン粉 油 砂糖 ごま	玉ねぎ パセリ 人参 大根 キャベツ えのき ねぎ れんこん こんにゃく 赤ピーマン さやいんげん	春に出回る春キャベツは、巻きがゆるくやわらかいのが特徴です。	830kcal	
13金	スパゲッティ	豆腐ナゲット②	ミートソース	抹茶ワッフル	アスパラサラダ	ジョア	豆腐ナゲット 豚肉 大豆 スキムミルク チーズ ジョア	スパゲッティ オリーブ油 ハヤシウ デミソース 砂糖 油 ドレッシング 抹茶ワッフル	セロリ マッシュルーム トマト キャベツ きゅうり アスパラ コーン	アスパラガスの旬は5～7月です。新芽を意味するギリシャ語「アスパラゴス」が由来になっています。	867kcal	
16月	ご飯	ゆで落花生	豚丼の具	おひたし		○	豚肉 かつお節 牛乳	米 落花生 砂糖	ごぼう こんにゃく 玉ねぎ しめじ えのき グリンピース ほうれん草 人参 キャベツ もやし	 食器は大切に使う	799mg	
17火	ご飯	チキンみそカツ	かきたま汁	ひじき煮		○	鶏肉 卵 みそ ひじき おしやべりみそ さつま揚げ 牛乳	米 小麦粉 パン粉 油 ごま でん粉 砂糖	人参 玉ねぎ 椎茸 白菜 ほうれん草 ごぼう こんにゃく 枝豆	★食育クイズ★ 収穫してすぐのひじきは何色でしょう？ ①黒色 ②緑色 ③赤色	838mg	
18水	テーブルロールパン	ソーセージ	ミネストローネ	ケチャップ	鶏ささみと枝豆のサラダ	○	ソーセージ ベーコン 鶏肉 牛乳	パン オリーブ油 じゃが芋 マカロニ ドレッシング マヨネーズ ミルメーク	セロリ にんにく 玉ねぎ 人参 キャベツ トマト きゅうり 枝豆	《自分で作るホットドッグ》 	841kcal	
19木	ご飯	あじ新玉ねぎソース	みそけんちん汁	ウエハース	磯香和え	○	あじ 油揚げ おしやべりみそ 豆腐 みそ のり かつお節 牛乳	米 小麦粉 でん粉 油 砂糖 ごま油 ごま 里芋 ウエハース	玉ねぎ にんにく しょうが ごぼう 人参 大根 こんにゃく ほうれん草 ねぎ 小松菜 キャベツ	★地産地消デー★ 今日の献立は、匠瑳市や千葉県内で生産された食材を多く使用しています。	828kcal	
20金	チキンライス	チーズオムレツ	野菜スープ	ペンネソーテ		○	チーズオムレツ 鶏肉 ベーコン 豚肉 牛乳	米 油 じゃが芋 ペンネ	人参 玉ねぎ キャベツ トマト ズッキーニ コーン しめじ ピーマン パセリ	 早く！ 早く！ 早く！	794kcal	
23月	ご飯	ささみ梅衣揚げ	おつけ	高野豆腐の卵とじ		○	鶏肉 卵 豚肉 油揚げ ちくわ みそ 高野豆腐 牛乳	米 てんぷら粉 油 里芋 砂糖	人参 大根 ごぼう こんにゃく 梅 小ねぎ 玉ねぎ グリンピース	ぐるっとグルメ 今月は『和歌山県』の郷土料理や特産物を使った料理が登場します。	885kcal	
24火	ご飯	棒餃子	鶏クッパ	レモンタルト	中華風和え物	○	棒餃子 鶏肉 卵 ハム 牛乳	米 ごま油 ごま 砂糖 タルト	椎茸 人参 たけのこ しめじ にんにく しょうが ねぎ にら もやし きゅうり	クッパとは、韓国語で「クッ」はスープ、汁。「パッ」はご飯を意味し、スープとご飯を組み合わせた韓国料理を指します。	855mg	
25水	胚芽パン	ほきトマトクリームフライ	グリンピーススープ	アーモンドサラダ		○	ほきトマトクリームフライ 鶏肉 スキムミルク 牛乳	パン ベシヤメルソース じゃが芋 生クリーム ドレッシング アーモンド	人参 玉ねぎ マッシュルーム ほうれん草 グリンピース にんにく きゅうり キャベツ	グリンピーススープは、グリンピースをベースとして牛乳を加えたまろやかなスープです。	797kcal	
26木	ご飯	豚肉生姜焼き	新じゃがいものみそ汁	かみかみ煮干し	五目旨煮	○	豚肉 油揚げ 豆腐 みそ 鶏肉 揚げボール 煮干し 牛乳	米 ごま油 じゃが芋 油 里芋 砂糖	ねぎ しょうが 玉ねぎ きぬぎや ごぼう こんにゃく れんこん 人参	新じゃが芋は今年収穫されたじゃが芋のことで、やわらかくみずみずしいのが特徴です。	843kcal	
27金	うどん	枝豆のかき揚げ	なめこおろしうどん汁	フルーツ白玉		○	えび いか 卵 豚肉 油揚げ 牛乳	うどん てんぷら粉 油 砂糖 白玉 ゼリー	人参 玉ねぎ 枝豆 椎茸 大根 なめこ まいたけ ほうれん草 ねぎ 白桃 みかん バイン	今日のかき揚げは、ひとつひとつ調理員さんが形を作っています。	866kcal	
30月	ご飯	さば韓国風味焼き	もずくのすまし汁	切干大根煮		○	さば韓国風味焼き 豆腐 なたも かつお 油揚げ さつま揚げ 牛乳	米 砂糖 ごま	人参 えのき ねぎ 大根 椎茸 ほうれん草	もずくは海そうの仲間で、ぬめりがあるのが特徴です。腸内環境をよくしてくれる働きがあります。	818kcal	
31火	ご飯	いかごまフライ	生揚げのみそ汁	スタミナ炒め		○	いかごまフライ 栄養だし 生揚げ みそ 豚肉 牛乳	米 油	人参 大根 えのき ひらたけ 小松菜 ねぎ 玉ねぎ 白菜 もやし にら にんにく しょうが		854mg	

*栄養だしは、県内産いわし、かつおを燻して粉末にした「天然のだし」です。

*おしやべりみそは、市内で無農薬で作られた大豆から作る「手作りみそ」です。

*米は、市内産を使用します。

*ごはんは黄色い米が混ざることがあります。これは炊飯時にビタミンを強化した米を混ぜているからです。

17日の答え：②緑色

右欄に生息しているひじきは緑色です。洗みをとるために長時間加熱することで黒色になります。

基準栄養量

エネルギー 830kcal

たんぱく質 26～41g

脂質 18～27g

カルシウム 450mg

塩分 2.5g

*材料の割合により

献立を変更することがあります。

エネルギー 834kcal

たんぱく質 32.0g

脂質 26.1g

カルシウム 424mg

塩分 2.7g

*5月分の給食費の引き落としは、5月31日(火)です。口座の確認をお願いします。