



令和8年 4月
さいたま市立河合小学校

暖かい春の日差しが心地よい季節となりました。御入学、御進級おめでとうございます。

新年度の始まりとともに、いよいよ給食も始まります。子どもたちの心と体の健やかな成長を支えていくために、今年度もおいしくて安全な給食を作っています。保護者の皆様の御理解・御協力をよろしくお願いいたします。

給食当番の身支度



給食当番^{きゅうしょくとうばん}になった人^{ひと}は、給食^{きゅうしょく}の準備^{じゆんび}をする前^{まえ}に給食当番^{きゅうしょくとうばん}としてふさわしい清潔^{せいけつ}な身支度^{みじたく}をしているかどうかを確認^{かくにん}しましょう。

マスク^{マスク}は給食当番^{きゅうしょくとうばん}ではない人^{ひと}も毎日^{まいにち}必要^{ひつよう}です。マスク^{マスク}は給食袋^{きゅうしょくぶくろ}の中^{なか}に入れておきましょう。

グリーンピース

グリーンピースのおいしい時季^{じき}になります。給食^{きゅうしょく}では21日^{にち}(火)にピースごはんとして登場^{とうじょう}します。当日^{とうじつ}は2年生^{ねんせい}がグリーンピースのさやむきをします。缶詰^{かんづめ}でも冷凍^{れいとう}でもない、この時季^{じき}だけのおいしさです。お楽しみに。

グリーンピースのさやむきによるアレルギーの心配^{しんぱい}がありましたら、担任^{たんにん}まで御連絡^{ごんごう}ください。



アレルギー対応

食物アレルギーのあるお子様がいらっしゃいましたら、担任を通して養護教諭まで御連絡ください。「学校生活管理指導票」を提出していただき、できる範囲での除去食を行っていきます。

また、給食の時間に給食当番の児童は手指のアルコール消毒を行っています。アルコールによるアレルギー等の心配がありましたら、担任まで御連絡ください。

食物アレルギーの話



食物アレルギーは好き嫌いとは違います。「食べない」のではなく、「食べられない」のです。原因^{げんいん}となる食べ物^{たべもの}を食べたり、触^{さわ}ったりすると、体^{からだ}に様々な症状^{しやうじょう}がでます。皮膚^{ひふ}がかゆくなったり、じんましん^{じんましん}が出たりするほか、命^{いのち}にかかわる危険^{けいけん}な状態^{じょうたい}になることもあります。食物アレルギーがない人^{ひと}もそのことを知^しっておいてください。

給食室の委託会社が変わります。

4月から給食を作^{つく}ってくださる委託会社^{たいせいかい}が「株式会社ピッコロフューメ」に変わりました。新しい調理員さん^{ちゆいん}もよろしくお願いいたします。



日曜日	献立名	主な食品とその働き			栄養価	
		あか 血や肉・骨になるもの	きいろ 熱や力になるもの	みどり 体の調子を整えるもの	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
10 金	ごはん ピビンバ はるさめスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく とうふ	こめ むぎ あぶら さとう ごま はるさめ かたくりこ	しょうが こまつな だいずもやし ねぎ しいたけ にんじん	613	30.4
13 月	じこなうどん きょうふうためきうどん しゃりしゃりだいがくいも なめだけあえ	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ ちくわ だいず	うどん さとう かたくりこ さつまいも あぶら ごま	にんじん しいたけ ねぎ しょうが こまつな キャベツ もやし えのきたけ	611	26.6
14 火	ごはん おやこに みずなとじゃこのあえもの てっかみそ	ぎゅうにゅう とりにく たまご なまあげ ちりめんじゃこ ベーコン だいず みそ	こめ むぎ じゃがいも あぶら さとう	たまねぎ さやいんげん にんじん みずな キャベツ だいこん	663	30.5
15 水	あおなとえびのピラフ ししゃものバシルフライ やさいスープ	ぎゅうにゅう えび ししゃも ベーコン	こめ あぶら バター パンこ かたくりこ さとう じゃがいも	たまねぎ エリンギ こまつな パジル にんにく キャベツ にんじん コーン たもぎだけ	573	22.7
16 木	ごはん さばのみそに かおりつけ かきたまじる	ぎゅうにゅう わかめ たまご さば みそ	こめ むぎ かたくりこ さとう	キャベツ きゅうり にんじん しょうが たまねぎ ねぎ えのきたけ	607	28.4
♪ 1ねんせい の きゅうしょく が はじまります ♪						
17 金	ココアあげパン にくだんごスープ ミックスサラダ	ぎゅうにゅう とりにく とうふ	パン あぶら さとう かたくりこ じゃがいも	たまねぎ しょうが にんじん はくさい こまつな ねぎ しめじ キャベツ きゅうり コーン	573	23.6
20 月	ごはん チキンカレー ぶくじんづけ さくらゼリー	ぎゅうにゅう とりにく チーズ	こめ むぎ じゃがいも あぶら バター こむぎこ さとう ゼリー	にんじん たまねぎ にんにく しょうが りんご きゅうり だいこん れんこん	630	19.7
〇〇 2ねんせい が グリーンピースの さやむぎを します 〇〇						
21 火	ピースごはん さわらのたつたあげ さつまじる きよみオレンジ	ぎゅうにゅう さわら とりにく とうふ みそ	こめ あぶら かたくりこ さつまいも こんにゃく	グリーンピース しょうが だいこん ごぼう にんじん ねぎ きよみオレンジ	622	26.3
22 水	ハニートースト はるやさいのクリームに かいそうサラダ	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン しろはなまめ チーズ かいそう	パン マーガリン さとう はちみつ じゃがいも あぶら こむぎこ バター ごま	たまねぎ にんじん アスパラガス キャベツ だいこん きゅうり コーン	576	21.1
23 木	ごはん マーボーとうふ ナムル きよみオレンジ	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく みそ	こめ むぎ あぶら さとう かたくりこ ごま	たまねぎ だいこん にんじん ねぎ しいたけ にんにく しょうが きゅうり もやし きよみオレンジ	609	27.6
24 金	ごはん にくじゃが いそかあえ ごまこんぶ	ぎゅうにゅう ぶたにく のり こんぶ	こめ むぎ じゃがいも しらたき あぶら さとう ごま	たまねぎ にんじん さやいんげん こまつな もやし キャベツ	571	22.4
27 月	ピザトースト ホークビーンズ コーンサラダ	ぎゅうにゅう ハム チーズ ベーコン ぶたにく だいず	パン じゃがいも あぶら さとう	たまねぎ ピーマン にんじん にんにく キャベツ きゅうり コーン	578	30.8
28 火	たけのこごはん ホキのやくみソース こじる	ぎゅうにゅう あぶらあげ とりにく ホキ だいず みそ	こめ さとう あぶら かたくりこ こんにゃく じゃがいも	たけのこ さやえんどう ねぎ にんにく しょうが にんじん だいこん こまつな	611	32.0
◎ 5がつ1たちは さいたましみのひ ◎ さいたまして つくられている おこめと こまつなが できます ◎						
30 木	ごはん はるまき こまつなサラダ ワンタンスープ	ぎゅうにゅう とりにく わかめ ぶたにく	こめ むぎ かたくりこ はるさめ こむぎこ さとう あぶら ごま	たけのこ たまねぎ にんじん キャベツ しいたけ こまつな ねぎ きゅうり コーン もやし しょうが	636	20.4

◇献立表の栄養価は中学年のものを表示してあります。

◇献立は都合により変更になる場合がありますのでご了承ください。

◇料理の作り方や、加工食品の食材料などを知りたい場合は栄養士までお問い合わせください。



献立表確認のお願い

給食で初めて食べる食材はありませんか？

食物アレルギーは、乳児がもっとも多く、年齢が上がると共に減少します。しかし、中には学童期以降にアレルギー症状があらわれる場合もあります。給食で初めて食べる食材がある場合には、体調の良いときに、まずはご家庭で食べることをおすすめします。

