

4月給食だより

長岡京市立長岡第七小学校
令和7年4月発行

ご入学・ご進級おめでとうございます！

ご入学・ご進級おめでとうございます。色とりどりの花が咲き誇る中、希望にあふれた新年度がはじまりました。お子さまたちの学校生活がより充実したものとなるように、日々の給食を通して応援していきたいと思います。1年間よろしくお願いいたします。



給食ってどんなもの？



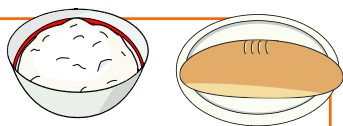
主食

★ごはん(月・水・木・金)

京都府産の米を一クラスごとに、ガス炊飯器で炊いています。炊き込みごはんや、混ぜごはんもあります。

★パン(火)

低・中・高と大きさの違うパンをパン業者にもってきてもらいます。コッペパンのほか味付けパンやバターパンなどいろんなパンがあります。



給食開始日

2～6年生 4月15日(火)

1年生 4月18日(金)

牛乳

成長期の児童に必要な栄養がたくさん含まれているため、毎日200mlの紙パックがつきます。



おかず

2～4品のおかずを作ります。できるだけ旬の食材や、地域の食材を使用して、素材の味を大切にしています。煮物、焼き物、炒め物、あえ物など、調理方法にも変化をつけています。



デザート

お団子やプリンなど、給食室で手作りしています。くだものはできるだけ無農薬で国産のものを使用しています。



がっ こう きゅう しょく 学校給食は「食」を学ぶ時間です！

学校給食は単なる食事の時間ではなく、「学校給食法」に基づき実施される教育活動です。栄養バランスのとれた食事を提供することで、成長期にある子どもたちの健全な発達を支えることはもちろん、健康によい食事や食文化、地場産物、食事のマナーなど、さまざまなことを学ぶための時間です。



保護者のみなさまへお知らせ



給食の持ち物

＊清潔なハンカチ

毎日、手洗い用のハンカチを持たせて下さい。

給食当番になると・・・

＊マスクが必要

当番はマスクを着用します。必ず持たせて下さい。

給食当番の子どもは週末に、エプロン・帽子を持ち帰ります。きれいに洗って頂き、週の初めに持たせてください。その際、ボタンやゴムがとれていましたら修理していただけると助かります。



なお、他の児童も使用しますので、香りの強い洗剤や柔軟剤の使用にご配慮願います。

給食費について

4月は1年生4,215円、2～6年5,130円、5月以降は、月額5,160円の11ヶ月払いです。

(8月徴収なし)。5月に4・5月分まとめて引き落とされます。残高確認をお願いします。

長期欠席の返金について

長期欠席による返金については、長岡京市で統一されています。病気などで長期に学校を休む場合は、担任に届け出てください。担任から届けがあった次の日から4回目以降の給食費を返金します。ただし、1日だけの欠席やとびとびの欠席、連絡を毎日受けた連続欠席では物資の変更ができないため、返金することはできません。

食物アレルギーなど個別の対応について

入学時に食物アレルギー調査を実施しています。年度途中でも食についてご心配な点などありましたら、担任か栄養教諭までご連絡ください。個別の面談など対応させていただきます。



☆牛乳1本(200ml)がつかます。

4月 よていにこんだてひょう



R7・4

長岡第七小学校

	こんだて		おもなざいりょう			その他の ちようみりょう	加リー (kcal) タハク(g)
	主食	おかず	血やにくになる	体の調子をととのえる	力や熱のもとになる		
15 (火)	あじつけ パン	かしわのこはくあげ やさしいっぱいスープ	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン	しょうが にんじん たまねぎ きゃべつ	あじつけパン でんぶん こめあぶら	しょうゆ しお スープベースチキン こしょう ローリエ	672 26.3
16 (水)	げんまい ごはん	マーボーどうふ もやしとわかめのちゅうかサラダ	ぎゅうにゅう ぶたミンチ どうふ あかみそ ワカメ	しょうが にんにく たまねぎ にんじん たけのこ ほししいたけ にら もやし ホールコーン	こめ げんまい こめあぶら さんおんどう ごまあぶら でんぶん いりごま	しょうゆ さけ トウバンジャン す うすくちしょうゆ しお	622 24.2
17 (木)	たけのこ ごはん	キャベツととりにくのみそいため ニラたまスープ	あぶらあげ ぎゅうにゅう わかどりでぎり ベーコン たまご	たけのこ にんじん しょうが にんにく きゃべつ ピーマン たまねぎ にら	こめ ことめあぶら じゃがいも	みりん さけ うすくちしょうゆ しお けずりぶし(だし) しょうゆ	558 21.2
18 (金)	1年給食開始 むぎごはん	ビーフカレー フルーツのヨーグルトあえ	ぎゅうにく スキムミルク こなチーズ ぎゅうにゅう ヨーグルト	にんにく しょうが たまねぎ にんじん セロリー みかん缶 おうとう缶	こめ むぎ こめあぶら じゃがいも バター こむぎこ	しお こしょう カレーこ ケチャップ トマトペースト チャツネ ウスターソース	691 21.8
21 (月)	わかめ ごはん	きりぼしだいこんとじゃがいもの もの キャベツのつるつるいため	ぎゅうにゅう ぶたにく ベーコン	きりぼし にんじん きゃべつ マロニー にら	こめ むぎ じゃがいも つきこんにやく こめあぶら さんおんどう	しょうゆ さけ しお こしょう	600 19
22 (火)	こがた コッペパン	スパゲティミートソース やさしいため	ぎゅうにゅう ぎゅうミンチ ぶたミンチ	パセリ たまねぎ きゃべつ にんじん もやし にら	こがたパン スパゲティ オリーブオイル ことめあぶら	しお こしょう しょうゆ	679 26.1
23 (水)	万博こんだて パエリア	ABCスープ フルーツゼリー	とりにく ベーコン ぎゅうにゅう	にんにく にんじん たまねぎ トマト缶 ピーマン きゃべつ ホールコーン ばせり	こめ ことめあぶら マカロニ さとう	ターメリック しろワイン しお こしょう スープベースチキン こなかんてん	586 21.1
24 (木)	ごはん	とりにくのみそやき たけのこのかかに やさいのすましじる	ぎゅうにゅう わかどりもも はなかつお ワカメ しんしゅうみそ	しょうが ねぎ たけのこ たまねぎ きゃべつ にんじん えのきだけ	こめ さんおんどう	さけ しょうゆ トウバンジャン みりん うすくちしょうゆ けずりぶし(だし) しお	584 23.4
25 (金)	ごはん	さかなのあまずソースかけ だいずのいそに こまつなのみそしる	ぎゅうにゅう だいず ひじき あぶらあげ しんしゅうみそ	しょうが ねぎ こまつな	こめ こむぎこ でんぶん ことめあぶら さんおんどう じゃがいも	しょうゆ す にぼし(だし)	733 29.9
28 (月)	とりそぼろ どん	さんしよくやさいのナムル かきたまじる	とりミンチ きざみのり ぎゅうにゅう たまご どうふ ワカメ	たまねぎ にんじん ほししいたけ しょうが もやし にら ねぎ	こめ ことめあぶら さんおんどう いりごま でんぶん	しょうゆ みりん しお うすくちしょうゆ けずりぶし(だし)	597 25.9
30 (水)	ごはん	じゃがいものあんかけ キャベツのツナいため	ぎゅうにゅう ぶたミンチ ツナあぶらづけ	しょうが たまねぎ にんじん ほししいたけ ピーマン きゃべつ にら	こめ じゃがいも こめあぶら さんおんどう いりごま でんぶん	しょうゆ しお こしょう	614 19.3

世界の料理を味わおう！

万博こんだてが はじまります。

2025年4月13日から10月13日まで「EXPO 2025大阪・関西万博」が開催されます。乙訓地域の小中学校では、4月から10月までの間、万博の参加国の中から6つの国をテーマにした献立を給食で提供します。どんな料理がでてくるのかお楽しみに。



4月～10月
毎月1回



今月の世界の料理「スペイン」 23日 パエリア

米は野菜とされており、主食のパンとパエリアと一緒に食べます。生産量が世界一のオリーブオイルはスペイン料理に欠かせない調味料です。料理には、にんにく、トマト、玉ねぎがよく使われます。家庭料理として、じゃがいも入りのスペイン風オムレツ「トルティージャ」がよく食べられます。朝・昼・夜の3食に加えて、午前と午後には日本のおやつのような間食をとる習慣があります。



〈スペインってどんな国？〉

人口：約4700万人

(日本の約5分の2)

面積：約50万km²

(日本の約1.3倍)

首都：マドリード

言葉：スペイン語 おいしい

⇒Está rico (エスリコ)

特徴：お昼に「シエスタ」という

長い休憩がある

特に人気のあるスポーツはサツ

カー

学校給食の主な食材の産地をお知らせします。*食材の入荷状況等都合により変更になる場合もありますのでご了承ください。

4月の主な食材の産地は以下の通りです。(資料提供(財)京都府学校給食会)

米 京都
(キヌヒカリ)
牛乳 全農

長岡京市地元産
たけのこ

牛肉 北海道・青森
豚肉 鹿児島・宮崎・愛知
鶏肉 宮崎・兵庫他
鶏卵 京都
ショルダーベーコン
愛媛・九州他
大豆 北海道

じゃがいも鹿児島他 たまねぎ長崎他
にんじん徳島他 もやし岐阜 土しょうが高知
にんにく青森 セロリー静岡他 にら高知
ピーマン高知他 キャベツ愛知他
キャベツ愛知他 パセリ香川他 ねぎ京都他
チンゲン菜 静岡他 ほうれん草 京都他