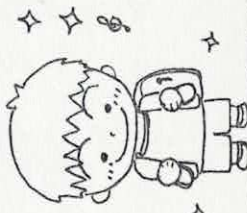


2026年

4月

横浜市立
八軒小学校



★ 4月のきゅうしよくもくひょう★

しよくじのじゅんぴとあとかたづけきもちしよう!!



22 水	そぼろごぼろとどさんこじりくだもの(きよみ)・牛乳	こめ・むぎ せとう・あひら じゃがいも バター	とりにく・とうろ たまご・わかめ のたにく ぎょうにゅう	クリンピス にんじん ながねぎ ホールコーン・きよみ	592 24.1 19.5 2.1
23 木	じゃこごぼろなまあげとやさいのたまごじり・牛乳	こめ・むぎ せとう ごま・じゃがいも あひら・でんぷん	ちりめんじゆこ のたにく・じりたけ なまあげ・たまご ぎょうにゅう	かんそうあひら にんじん・かんぴょう たまねぎ・こねぎ クリンピス	598 27.7 20.7
24 金	ソフトめんきつねうどん	こめ・むぎ せとう ごま・じゃがいも あひら・でんぷん	ソフトめん はるまき 牛乳	ソフトめん なごねぎ・にら あひら しょうが	708 28.9 24.7 2.9
27 月	ビビンバ わかめとだごいごんのスープ	こめ・むぎ ごま・あひら せとう・でんぷん ごま・アーモンド	のたにく わかめ ぎょうにゅう	にんにく・もやし しょうが・ごま にんじん・あひら たけのこ・きよみ	574 24.2 20.4 2.2
28 火	くろパン グリーンシチュー さんしよくソテー・牛乳	こめ・むぎ あひら じゃがいも バター・こむぎこ	パ・コン セロリ チーズ ぎょうにゅう	パ・コン しょうが にんじん・ホールコーン マッシュルーム キャベツ・たまめ	615 27.2 24.0 2.5
30 木	チキンライス かきたまスープ くだもの(バナナ)・牛乳	こめ・むぎ あひら じゃがいも でんぷん	とりにく パ・コン たまご ぎょうにゅう	たまねぎ・パセリ にんじん・バナナ マッシュルーム ぎょうにゅう	567 23.5 17.7 2.3

★ 献立表に、しあ・しようち・ソースなどの調味料は表記していません。
★ 砂糖は基本的にきよ砂糖糖を、しおは天然塩も使用しています。

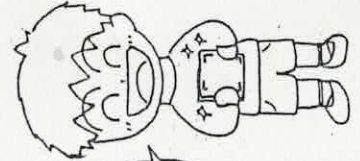
てきあらいしよう!! きゅうしよくとうばんさん。よろしくね!!

きゅうしよくのまえに
せっけんで、てきをあらいます☆

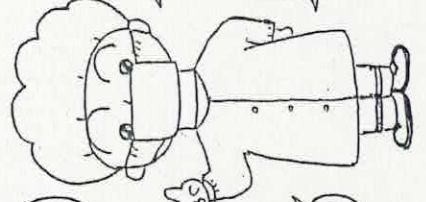
かみのけは、
ぼうしのなかに!

ては
きれいに
あらおうた

つめは
みじかく
きってあこう!



ハンカチを
わすれずに



マスクは
わすれずに!

ボタンは
きちんと
しめたかな?

都合により、献立や食材が変更になる場合があります。

ひょう ひ	ごはん みそしる くだもの(きよみ)・牛乳	かすのなめて かつやちかうの もつとにきる	からだのなかで ちやくにくになる もつとになる	みどり からだのちゆうしよ ととのえる	エスビー (head) たんぱくしつ しんじゆ(卵) エムメンタル	60.1 26.3 19.5 2.3
9 木	ごはん みそしる くだもの(きよみ)・牛乳	こめ・むぎ あひら せとう・じゃがいも ごま・でんぷん	のたにく なまあげ あひら ぎょうにゅう	たまねぎ しよたけ そきたけ なごねぎ・きよみ	665 21.1 30.6 2.2	
10 金	あげパン ウィンナーとやさいのスープに くだもの(バナナ)・牛乳	パン あひら せとう・じゃがいも クレープ	パ・コン ウィンナー ぎょうにゅう	セロリ・クリンピス たまねぎ・キャベツ にんじん・バナナ ホールコーン	574 34.0 20.4 2.4	
13 月	ごはん さわらのでりやき やさいのごまあえ(むし・あな) とうもろいりかきたまじり・牛乳	こめ・むぎ せとう すりだま でんぷん	さわら・たまご とりにく とうろ・わかめ ぎょうにゅう	しょうが・たまねぎ もやし あひら にんじん	612 23.2 27.3 2.7	
14 火	ツナトースト あさりのチャウダー くだもの(バナナ)・牛乳	パン・こむぎこ マヨネーズ・バター ごま・じゃがいも せとう・あひら	ツナ・だし・ゆかり パ・コン あさり ぎょうにゅう	セロリ にんじん パセリ・バナナ	557 25.8 16.9 2.2	
15 水	たけのごぼろ しようちまめ せんべい ごはん しよものひたの ひじきのいりに(だご・ごやぞうり) りきゅうじる・牛乳	こめ・むぎ せとう せんべい こめ・むぎ あひら せとう ごま・ねりごま	とりにく あひらあげ ああだじゆ ぎょうにゅう	にんじん・なごねぎ 生たけのこ・あひら クリンピス ごぼろ	562 25.4 22.4 2.3	
16 木	ソフトめん じゃがいものごまいため 牛乳	ソフトめん あひら せとう・じゃがいも ごま・じゃがいも	のたにく えび かまぼこ ぎょうにゅう	にんにく・はくせい しょうが・もやし にんじん・なごねぎ しめじ	625 27.3 16.4 2.1	
17 金	カレーライス フルーツあえ 牛乳	こめ・むぎ あひら じゃがいも バター・こむぎこ	のたにく・チーズ しよいんげんまめ ぎょうにゅう	にんにく・パイナップル しょうが・みかん缶 たまねぎ・黄桃缶 にんじん	654 21.9 19.2 1.8	
20 月	ごはん みそしる くだもの(きよみ)・牛乳	こめ・むぎ あひら せとう・じゃがいも ごま・じゃがいも	のたにく えび かまぼこ ぎょうにゅう	にんにく・はくせい しょうが・もやし にんじん・なごねぎ しめじ	658 35.0 29.2 2.5	
21 火	ごはん みそしる くだもの(きよみ)・牛乳	こめ・むぎ あひら せとう・じゃがいも ごま・じゃがいも	のたにく えび かまぼこ ぎょうにゅう	にんにく・はくせい しょうが・もやし にんじん・なごねぎ しめじ	658 35.0 29.2 2.5	

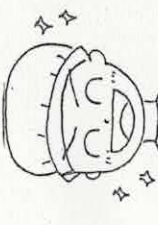
まほうの作より

2026年 4月号
藤沢市立八松小学校

2026年度も安全、おいしい給食となるよう、給食室一同、頑張っていきたいと思います！よろしくお願いたします。

〈給食室メンバー紹介〉

- ・調理員 …… 川原・青木
- ・調理業務員 …… 日野・矢澤
- ・調理補助員 …… 森井・関・梶野・本藤 (交替で勤務)
- ・栄養教諭 …… 棚村



毎日775人分の給食を、5~6人で作ります!!

〈ご家庭へのおねがい〉～白衣やマスクについて～

給食当番は週末に白衣を持ち帰ります。洗濯した白衣は滅菌のためにアイロンをかけて、月曜日に持ってきてください。お手数ですが、白衣のボタンがとれそうな時、帽子のゴムが伸びている時などは修繕していただくだけで助かります。白衣を持ってくるのを忘れてしまうと、次の給食当番が着られなくなってしまうので、気をつけて下さい。給食当番は**マスク**も必要です。

白衣について
給食当番の白衣は共有で使用するため、あまり香りの強い洗剤・柔軟剤等での洗濯をお願いしません。
また、消毒のためアイロンかけをお願いいたします。
(書りへの配慮について)



〈献立について〉

藤沢市は学期ごとに基準献立作成委員会を開催しています。基準献立作成委員会には、藤沢市の小学校栄養士、代表の校長先生、教諭、調理員が参加し、多くの留意点を考慮しつつ、基準献立について話し合います。この基準献立をもとに、各学校の栄養士が学校行事や地域性などを加味して、献立を作成し、実施しています。

こんなことについて考えています!!

- 学養価
- 季節・旬
- 味付け
- 様々な食品をバランスよく

- 地産地消
- 散立としてのボリューム
- 行事食
- 価格
- 作業工程
- 調理方法
- 使う食器・食飯
- 米飯の回数
- 衛生面
- 食文化

〈藤沢市の食育冊子「大切にす!食生活」のおしらせ〉

食育啓発冊子

大切です! 食生活



食習慣は、子どもたちの生活に大きく影響します。生涯にわたり、健康に生活していくことができようにするためには、子どもに対して食に関する指導の充実を図り、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけさせることが重要となります。食に関する学校給食を生きた教材として活用し、食習慣の形成のために「大切にす!食生活」を作成しています。子どもたちを健全な食生活に導くために、ご家庭でも活用していただければ幸いです。



〈給食調理員 募集中!〉

私たちと一緒に給食を作るお仕事をしませんか? ☆

調理員募集中! 詳しくは学校給食課までお問い合わせください。

