



むかわ町学校給食センター
 鶴川学校給食センター
 42-2211
 穂別学校給食センター
 45-2888

ご入学・ご進級おめでとうございます。いよいよ新学期が始まります。今年度も子どもたちの健康と健やかな成長を願って、安心・安全な学校給食の提供と食に関する指導を行ってまいります。また、生産者の皆様のご協力をいただき、むかわ町産の食材を多く活用して、子どもたちにとって登校する楽しみのひとつとなるような給食の提供に努めてまいりますので、ご理解・ご協力をよろしくお願いいたします。

食育で育てたい6つの力



給食等を通して学び、身に付けたいこと (食育の視点)



食事の重要性 おいしいね 食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。	心身の健康 健康! 心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。	食品を選択する能力 正しい知識・情報に基づいて、食品の品質及び安全性等について自ら判断できる能力を身に付ける。
感謝の心 食べ物を大事にし、食料の生産等に関わる人々へ感謝する心をもつ。	社会性 食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付ける。	食文化 各地域の産物、食文化や食に関わる歴史等を理解し、尊重する心をもつ。

出典：文部科学省「食に関する指導の手引 第二次改訂版」(H31.3)



保護者の方へ

学校給食に関するお知らせ

毎月、献立表を配布します。.....

ご家庭での食事作りの参考にするなど、活用ください。また、給食で初めて食べた食品でアレルギー症状が出るケースがありますので、食べたことのない食品がある場合は、ご家庭で事前に食べてみることをお勧めします。



給食の内容について.....



牛乳は(株)雪印メグミルクのもので、容量は200ccです。

主食は、ご飯(米飯)が基本でむかわ町産「なつほし」を使用します。その他道産小麦使用のパンや麺を提供します。

デザートは季節の果物のほか、ゼリーや手作りのデザートも提供します。

おかずは、和食・洋食・中華など様々なメニューを提供します。食材はできるだけ町内産・道産・国産のものを購入し、原則として、菓物などを除き、加熱調理しています。



← 手作りお月見団子



だしは、昆布やカツオ節、煮干しなどからとり、うま味を生かして塩分を控えめにしています。

全国各地の郷土料理、行事食、世界の料理など、さまざまな献立を実施予定です。お楽しみに！



むかわ町の学校給食の取り組み

むかわ町の学校給食では、町内の地場産物を活用して給食を提供する「むかわ食育の日」を行っています。毎月19日付近に、その時期の農産物や、町内で加工された食品を用いたメニューの提供をしています。昨年度は「むかわ食育の日」と並行して、アイヌ給食を実施しました。むかわ町の児童生徒のみなさんがより地元の食品について関心を持つことができるような内容づくりを心がけております。今年度もお楽しみに。



【昨年度の例】

アイヌ料理「カムオハウ」

(むかわ町産じゃがいも・人参・大根使用)

「鮭のしおこうじやき」

(むかわ町産塩こうじ使用)



2025年（令和 7年）

4月 予定献立表

むかわ町学校給食センター
鶴川学校給食センター・穂別学校給食センター

月		火	水	木	金																							
			9	10	11																							
●牛乳は毎日つきます。 ●日付に○がついている日は、スプーンまたはフォークがつきます ※ 通常卵を使用しているパン（バターロール等）は、当面の間、卵抜きものを提供します。		【むかわ産の食材】 米・にら・レタス・ほうれん草・しいたけ ※天候不順等により、産地が変わる場合があります 	・ごはん ・えのきのみそ汁 ・肉じゃが ・おかかマヨ和え 米・麦 だいこん・長ねぎ・えのき・とうふ・煮干し（いわし）・昆布・みそ 豚肉・じゃがいも・人参・玉ねぎ・白滝・いんげん・醤油・三温糖・なたね油・みりん キャベツ・人参・枝豆・もやし・醤油・かつお節・エッグケア（大豆）	・ラーメン ・塩ラーメン ・揚げしゅうまい（2個） ・もやしナムル 小麦粉・食塩・かんすい キャベツ・人参・豚肉・玉ねぎ・長ねぎ・もやし・つと・コショウ・中華だし（大豆・豚肉・鶏肉・デキストリン・酵母エキス）・鶏がらスープ（鶏肉）・塩ラーメンベース（食塩・肉エキス・野菜・砂糖・異性化液糖・ガラスープ・豚肉・豚脂・りんご酢・香辛料・昆布エキス・調味料・小麦・大豆・鶏肉・豚肉・りんご）・魚介スープ（豚肉・小麦・大豆・豚脂・たん白加水化合物・かつお節・ねりこま・酵母エキス・玉ねぎ・しいたけ・かつお・煮干し・さば・鶏肉） 鉄腕豚肉焼売（たまねぎ・しょうが・豚肉・豚脂・でん粉・植物性たんぱく・砂糖・醤油・植物油・酵母エキス・ポークエキス・食塩・魚介エキス・小麦粉・大豆・こま・ピロリン酸第二鉄）・なたね油 もやし・人参・きゅうり・醤油・三温糖・酢・こま油（こま・大豆）・こま	・ごはん ・ワントンスープ ・鶏肉の青のり焼き ・クイッティオ炒め 米・麦 ワントン（小麦）・えのき・長ねぎ・人参・干しいたけ・わかめ・華味塩（玉ねぎ・トマト・にんにく・なたね油・酵母エキス・大豆・鶏肉・牛肉・豚肉・寒天・りんご・小麦・香辛料）・醤油・食塩・コショウ 鶏肉・酒・食塩・コショウ・パン粉・あおのり・こま油（大豆・こま） 豚肉・にら・人参・玉ねぎ・クイッティオ・こま油（こま・大豆）・しょうが・にんにく・コチュジャン・醤油・みりん・三温糖																							
14	小低501Kcal・小中587Kcal・小高667Kcal・中738Kcal	15	小低452Kcal・小中538Kcal・小高595Kcal・中709Kcal	16	小低488Kcal・小中578Kcal・小高668Kcal・中727Kcal																							
17	小低535Kcal・小中621Kcal・小高701Kcal・中771Kcal	18	小低469Kcal・小中562Kcal・小高628Kcal・中691Kcal	19	小低447Kcal・小中599Kcal・小高685Kcal・中757Kcal																							
・ごはん ・いものみそ汁 ・開拓丼 ・きゅうりのツナ和え 米・麦 じゃがいも・長ねぎ・油揚げ（大豆）・わかめ・みそ・煮干し（いわし）・昆布 豚肉・大豆ミート・人参・玉ねぎ・コーン・ひじき・しょうが・枝豆・なたね油・みそ・醤油・みりん・三温糖・にんにく・酒 きゅうり・ツナ・こま・醤油・三温糖		・バターロール ・コーンスープ ・白身魚フライ ・ハムサラダ 小麦粉・砂糖・食塩・イーストフード・マーガリン じゃがいも・玉ねぎ・人参・コーン・クリームコーン缶・脱脂粉乳・牛乳・バター（乳）・小麦粉・コーンクリーム・コンソメ（チキンエキス・鶏脂・豚肉・魚肝パウダー・酵母エキス・野菜）・コショウ・食塩 白身魚フライ（ホキ・パン粉・小麦粉・でん粉・食塩・炭酸Ca・ピロリン酸鉄・大豆）・なたね油 もやし・人参・ハム（豚肉）・枝豆・青じそドレッシング（レモン果汁・かつお節エキス・魚肝・青じそ・小麦・大豆）	・ごはん ・チキンカレー ・コールスロー ・豆乳プリン 米・麦 鶏肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・大豆・中濃ソース（砂糖・トマト・オニオン・にんじん・酢・塩・でん粉・たん白加水分解物・香辛料）・脱脂粉乳・バター（乳）・りんご・とろけるカレーフレーク（小麦粉・油・でん粉・カレー粉・さつまいも・酵母エキス・白米・キャベツ・玉ねぎ・香辛料・カラメル色素）・パーモンドカレーフレーク（小麦粉・豚脂・カレーパウダー・でんぷん・オニオン・脱脂粉乳・トマト・チーズ・ミルクカルメルパウダー・こめふき・ソース・脱脂大豆・ココア・バター・ミルクパウダー・りんごエキス・りんご・ガーリック・酵母エキス・ブラウンルウ・香辛料・加工でん粉・着色料・乳化剤・酸味料・香料・豚肉）・にんにく・しょうが・ソニオン・カレー粉 キャベツ・きゅうり・コーン・エッグケア（大豆）・三温糖・酢・ヨーグルト（乳）・食塩・コショウ 砂糖・水あめ・豆乳・粉末油脂・ぶどう糖果糖液糖・食塩・グルタミン酸・カルシウム・香料・ピロリン酸第二鉄・カロチノイド色素・水あめ・デキストリン・カラメル色素・大豆	・ごはん ・豆腐のみそ汁 ・豚肉のしょうが炒め ・和風ポテトサラダ 米・麦 豆腐・長ねぎ・油揚げ（大豆）・えのき・煮干し（いわし）・昆布・みそ 豚肉・玉ねぎ・ピーマン・でん粉・しょうが・三温糖・醤油・酒・なたね油 じゃがいも・玉ねぎ・人参・ツナ・エッグケア（大豆）・食塩・コショウ・かつお節	・ごはん ・あげのみそ汁 ・レタスのひき肉炒め丼 ・ほうれん草とコーンのサラダ 米・麦 油揚げ（大豆）・豆腐・大根・えのき・長ねぎ・煮干し（いわし）・昆布・みそ 鶏肉・しょうが・玉ねぎ・人参・レタス・なたね油・醤油・三温糖・食塩・コショウ ほうれん草・コーン・ハム（豚肉）・青じそドレッシング（レモン果汁・かつお節エキス・魚肝・青じそ・小麦・大豆）	むかわ育の日																						
21	小低566Kcal・小中649Kcal・小高732Kcal・中777Kcal	22	小低494Kcal・小中552Kcal・小高611Kcal・中718Kcal	23	小低521Kcal・小中615Kcal・小高708Kcal・中775Kcal																							
24	小低538Kcal・小中618Kcal・小高669Kcal・中756Kcal	25	小低462Kcal・小中538Kcal・小高615Kcal・中692Kcal	26	小低447Kcal・小中599Kcal・小高685Kcal・中757Kcal																							
・ごはん ・いも団子汁 ・さばのみそ煮 ・人参シリシリ 米・麦 いもち（じゃがいも・でん粉・砂糖・食塩・加工でん粉）・人参・油揚げ（大豆）・長ねぎ・大根・干しいたけ・めんつゆ（かつおぶし・さばぶし・煮干し・小麦・大豆）・醤油・かつお節・昆布 鶏・みそ・砂糖・発酵調味料・でん粉・大豆		・スライスパン ・ポトフ ・チキンのトマトソース煮 ・もやしカレーサラダ ・いちごミックスジャム 小麦粉・砂糖・食塩・イーストフード・マーガリン 人参・じゃがいも・大根・キャベツ・玉ねぎ・ウインナー（豚肉・鶏肉）・ベーコン（豚肉）・パセリ・コンソメ（チキンエキス・鶏脂・豚肉・魚肝パウダー・酵母エキス・野菜）・コショウ・白ワイン 鶏肉・玉ねぎ・人参・バター（乳）・トマトソース（トマト・玉ねぎ・ピーマン・大豆油・ワイン・にんにく・香辛料・クエン酸）・トマトケチャップ・トマトスープ（デキストリン・トマトパウダー・小麦粉・油・食塩・砂糖・トマトペースト・玉ねぎ・にんにく・ワイン・酢）・三温糖・食塩・コショウ・にんにく・マカロニ（小麦） 人参・ツナ・食塩・コショウ・こま・なたね油 もやし・ハム（豚肉）・枝豆・キャベツ・フレッシュドレッシング（油・砂糖・酢・食塩・ワイン・卵・レモン・りんご・大豆）・カレー粉 水あめ・砂糖・いちご・りんご・ベクチン・酸味料・香料	・ごはん ・大根のみそ汁 ・鶏肉と大豆のソテー ・ブロッコリーのおかか和え 米・麦 大根・人参・豆腐・煮干し（いわし）・昆布・みそ 鶏肉・醤油・酒・しょうが・でん粉・なたね油・大豆・ピーマン・三温糖・みりん・玉ねぎ ブロッコリー・醤油・かつお節	・めん ・ミートスパゲティ ・レモンサラダ 小麦粉・食塩・なたね油 玉ねぎ・人参・大豆・豚ひき肉・しょうが・にんにく・なたね油・しいたけ・ミートソースデリカ（玉ねぎ・人参・トマト・油・牛肉・豚肉・大豆・小麦・香辛料・加工でん粉）・ミートトップ（玉ねぎ・人参・大豆・豚肉・トマトケチャップ・油・鶏肉・植物たんぱく・香辛料）・ウスターソース（トマト・玉ねぎ・にんじん・昆布・香辛料・酢・砂糖）・中濃ソース（砂糖・トマト・オニオン・にんじん・酢・塩・でん粉・たん白加水分解物・香辛料）・赤ワイン・ケチャップ・トマトピューレ きゃべつ・れんこん・ツナ・人参・エッグケア（大豆）・ヨーグルト（乳）・三温糖・コショウ・レモン果汁	・ごはん ・ねぎと大根のみそ汁 ・ハンバーグ和風ソース ・ほうれん草のごま和え 米・麦 大根・長ねぎ・油揚げ（大豆）・煮干し（いわし）・昆布・みそ ハンバーグ（鶏肉・玉ねぎ・豚脂・植物性たんぱく・豚肉・砂糖・水溶性食物繊維・酵母エキス・トマト・にんにく・香辛料・しょうが・加工でんぷん・セルロース・炭酸Ca・ピロリン酸鉄・大豆）・しょうが・長ねぎ・醤油・みりん・三温糖・みそ・でん粉	中央給食なし																						
28	小低468Kcal・小中555Kcal・小高643Kcal・中689Kcal	29	小低481Kcal・小570Kcal・小高659Kcal・中717Kcal	30	小低481Kcal・小570Kcal・小高659Kcal・中717Kcal																							
・ごはん ・キャベツのみそ汁 ・厚揚げと豚肉のみそ炒め ・ひじきサラダ 米・麦 キャベツ・人参・長ねぎ・わかめ・煮干し（いわし）・昆布・みそ 豚肉・醤油・酒・納豆揚げ（大豆）・しょうが・ピーマン・キャベツ・人参・干しいたけ・三温糖・みそ・醤油・なたね油 人参・枝豆・ツナ・コーン・ひじき・醤油・酢・三温糖・こま油（こま・大豆）		・ごはん ・ガタタンスープ ・カムジャタン風 ・切干大根の中華和え 米・麦 豆腐・豚肉・ちくわ（たら・でん粉・魚介エキス）・人参・キャベツ・長ねぎ・にんにく・しょうが・醤油・食塩・こま油（こま・大豆）・コショウ・鶏がらスープ（鶏肉）・でん粉・ジャタニ（野菜エキス・油・砂糖・小麦・乳・大豆・牛肉・セラチン・鶏肉・豚肉・こま） 豚肉・長ねぎ・醤油・酒・こま油・じゃがいも・白滝・玉ねぎ・人参・しいたけ・にんにく・しょうが・りんご・三温糖・酒・醤油・こま・こま油（こま・大豆）・コチュジャン 切干大根・もやし・くわわかめ・人参・ソフトチキン・こま油（こま・大豆）・酢・醤油・三温糖・こま	【エネルギー表示の見方】 小低 1・2年 小中 3・4年 小高 5・6年 【4月平均栄養価】 <table><thead><tr><th></th><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>食塩相当量</th></tr></thead><tbody><tr><td>小低</td><td>503kcal</td><td>22.6g</td><td>18.8g</td><td>2.0g</td></tr><tr><td>小中</td><td>586kcal</td><td>25.1g</td><td>20.2g</td><td>2.2g</td></tr><tr><td>小高</td><td>663kcal</td><td>27.4g</td><td>21.3g</td><td>2.4g</td></tr><tr><td>生徒</td><td>737kcal</td><td>30.8g</td><td>23.8g</td><td>2.9g</td></tr></tbody></table>		エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	小低	503kcal	22.6g	18.8g	2.0g	小中	586kcal	25.1g	20.2g	2.2g	小高	663kcal	27.4g	21.3g	2.4g	生徒	737kcal	30.8g	23.8g	2.9g
	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量																								
小低	503kcal	22.6g	18.8g	2.0g																								
小中	586kcal	25.1g	20.2g	2.2g																								
小高	663kcal	27.4g	21.3g	2.4g																								
生徒	737kcal	30.8g	23.8g	2.9g																								