



きゅうしょくだより

令和7年7月18日

練馬区立下石神井小学校

栄養教諭 飯島知美

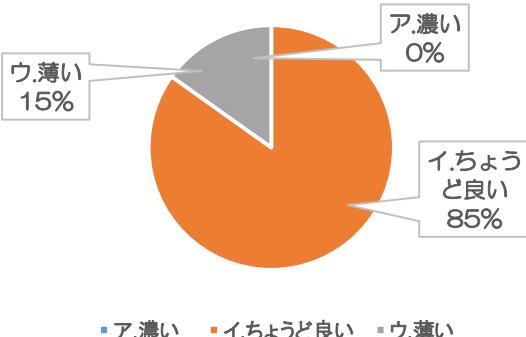
当日の献立
ししじゅうしい
アーサー汁
ゴーヤチャンプルー
牛乳

給食試食会アンケート集計結果

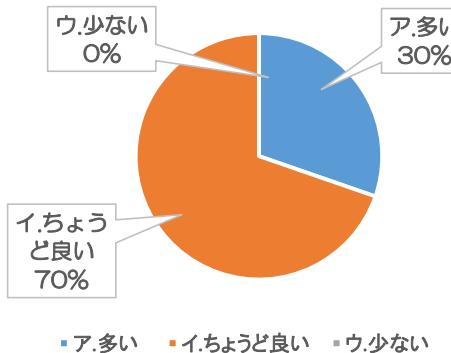
7月3日(木)に給食試食会を開催いたしました。事前申し込みで42名の参加希望をいただきました。当日は、子供たちと同じ給食(高学年量)を召し上がっていただき、本校の給食について御説明させていただきました。また、お配りしたアンケートには34名の方に御回答をいただきました。御協力ありがとうございました。

本日の給食について

(1)味の濃さはいかがでしたか?

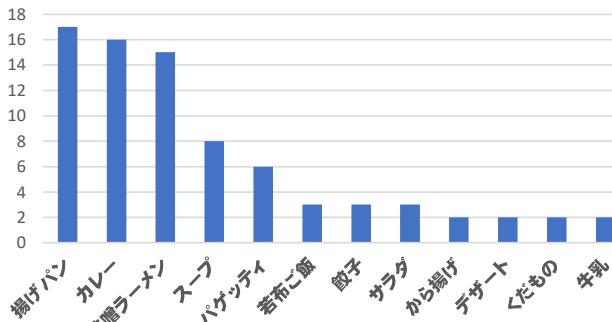


(2)量はいかがでしたか?

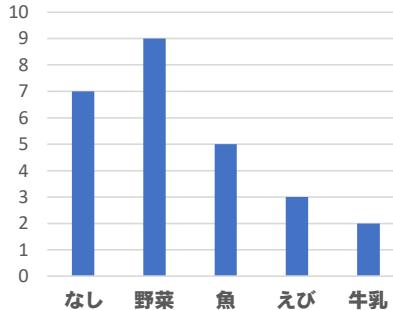


普段の給食について

(1)お子様が給食で好きなメニューはありますか?



(2)お子様が給食で苦手なメニューはありますか?



試食会の御感想

- とても美味しかったです。味の濃さも薄すぎることなく、メニューも旬のものや、郷土料理、世界の料理など食育にもつながり、いつも感謝しております。ありがとうございます。
- 給食の衛生管理がとても行き届いていてすごいなと思います。味付けなども子供たちの健康を良く考えていただいているので、味付けの工夫などを少しでも見習いたいと思いました。食を楽しんで、子供たちに伝えていくようになしたいと思いました。
- 給食室の様子のくわしいお話が大変興味深く、良かったです。ぜひ子供と共有したいと思います。
- 子供たちの給食を食べている様子が想像でき、給食もとても、おいしかったです。
- 見た目は少ないかな?と思いましたが、食べたら満足感が高く、食材量が多くよくかむからかな?と思いました。

紙面の都合上、一部のみの掲載となり申し訳ございません。いただいた御感想は全て読ませていただきました。保護者の皆様の、本校の給食に対する御理解や御期待を感じ、改めてより良い給食運営に努めていきたいと感じました。

最後に、今回の給食試食会実施にあたり、多忙な中御尽力くださったPTA役員の皆様に、感謝を申し上げたいと思います。



こんたてひょう



実施日 日曜	牛乳	献立名	赤の食品	黄色の食品	緑の食品	★ひどくちメモ★
			血や肉、骨や歯になる	体を動かす熱や力になる	体の調子を整える	
1月 1日		なつやさいのドライカレー コーンサラダ ぶどう	ぶたにく レンズまめ チーズ きゅうにゅう	こめ バター あぶら さとう	にんにく しょうが セロリー なす たまねぎ にんじん トマト マッシュルーム キャベツ きゅうり コーン ぶどう	1日「夏野菜のドライカレー」 夏休み明けの最初の給食は、トマト、黄ピーマン、なすなどの夏野菜が入ったドライカレーです。
2月 2日		ごまみそつけうどん いかの天ぷら キャベツのこんぶあえ	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ みそ いか しおこんぶ	うどん ごま こむぎ ノンエッグマヨネーズ あぶら さとう	たいこん にんじん こまつな ほししいだけ ねぎ キャベツ きゅうり	2日「ごまみそつけうどん」 つけうどんのつゆは、みそ味にすりごまと練りごまを加えてコクを出しました。
3月 3日		チンチャオロースーどん ナムル カルピスゼリー	ぶたにく アガー ぎゅうにゅう うにゅう にゅうさんきん いんりょう	こめ あぶら さとう かたくりこ こまあぶら ごま	にんにく しょうが だけのこ にんじん ピーマン たまねぎ ほししいだけ きゅうり もやし	
4月 4日		ハヤシライス じゃがいものハニーサラダ	ぶたにく いんげんまめ ぎゅうにゅう	こめ あぶら こめこ ざらめ じゃがいも はちみつ オリーブ油	にんにく たまねぎ マッシュルーム トマトかん キャベツ にんじん きゅうり	
5月 5日		ごはん はるさめスープ しろみざかなのチリソース カクテキ	ぎゅうにゅう ぶたにく メルルーサ	こめ はるさめ こまあぶら かたくりこ あぶら さとう	もやし にんじん だけのこ しょうが ねぎ にんにく たいこん きゅうり	
6月 8日		しょくパン てづくりフルーベリージャム クリームスープ ビーンズサラダ	ぎゅうにゅう とりにく いんげんまめ なまクリーム	しょくパン あぶら グラニューとう じゃがいも こめこ かたくりこ さとう	フルーベリーレモン にんにく たまねぎ にんじん キャベツ マッシュルーム バセリ きゅうり コーン	8日「手作りフルーベリージャム」 夏か旬のブルーベリーを使ったジャムを作ります。 今年収穫され、新鮮なうちに冷凍されたブルーベリーを使います。
7月 9日		ぐりごはん すましる さはのみぞやき きっかあえ	ぎゅうにゅう どうふ わかめ さば みそ かつおぶし	こめ もちごめ ぐり さとう	にんじん えのきだけ さやいんげん ねぎ しょうが にんにく こまつな キャベツ きく	
8月 10日		こうやどうふのたまごとじどん きゅべつのみそしる なし	ぶたひきにく こうやどうふ ぎゅうにゅう みそ あつあけ たまご	こめ あぶら さとう	たまねぎ にんじん ごぼう しめじ やえんどう キャベツ こまつな ねぎ なし	
9月 11日		コーンピラフ トマトスープ スパイシーチキン こふきいも	ぎゅうにゅう ベーコン いんげんまめ とりにく	こめ オリーブ油 あぶら さとう じゃがいも	コーン バセリ セロリー にんにく たまねぎ にんじん キャベツ トマトかん トマトピューレ しょうが	
10月 12日		たかなチャーハン ちゅうかふうコーンスープ ししゃものなんばんづけ	やきふた ぎゅうにゅう ぶたにく たまご ししゃも	こめ あぶら さとう こまあぶら かたくりこ	にんにく しょうが ねぎ にんじん たかなづけ たまねぎ ほししいだけ コーン こまつな	
11月 16日		ごはん しそひじきふりかけ にくじやが まめじやこあえ	ぎゅうにゅう ひじき ぶたにく だいす ちりめんじやこ	こめ さとう ごま あぶら しらたき じゃがいも かたくりこ こまあぶら	しょうが にんじん たまねぎ さやいんげん キャベツ きゅうり	
12月 17日		スパゲッティミートソース グリーンサラダ りんごいりこめこのケーキ	ぎゅうにゅう ぶたひきにく レンズまめ たまご	スパゲッティ オリーブ油 あぶら さとう こめこ	にんにく セロリー たまねぎ にんじん マッシュルーム トマトピューレ キュウリ キャベツ バセリ こまつな りんごかん	
1月 18日		あつあげとぶたにくのみそいためどん かきたましる ぶどう	ぶたにく あつあげ みそ ぎゅうにゅう どうふ たまご	こめ あぶら さとう かたくりこ	にんにく しょうが だけのこ ピーマン キャベツ にんじん ほししいだけ こまつな ねぎ ぶどう	
2月 19日		ごはん きのこじる さんまのかばやき いとかんてんあえ	ぎゅうにゅう あぶらあげ みそ さんま かんてん	こめ こんにゃく さといも こめこ かたくりこ あぶら さとう こまあぶら	にんじん だいこん えのきだけ まいだけ しめじ しょうが きゅうり キャベツ ねぎ	
3月 22日		わかめごはん けんちんじる なまあげのそぼろあんかけ	たきこみわかめ ぎゅうにゅう あぶらあげ あつあげ ぶたひきにく みそ	こめ あぶら こんにゃく さといも こまあぶら さとう	ごぼう にんじん だいこん ねぎ しょうが	
4月 24日		ごはん さつまじる あきじやけのさいきょうやき いそあえ	ぎゅうにゅう とりにく とうふ あぶらあげ みそ さけのり	こめ あぶら こんにゃく さつまいも	ごぼう にんじん だいこん ねぎ しょうが キャベツ こまつな しめじ えのきだけ コーン	24日「秋分の日(23日)」 暦の上では「秋分の日」を境に季節は秋になります。翌日の24日は、さつま芋、秋鮭などをとりいれ、秋を意識した献立にしました。
5月 25日		ちゅうかどん せんぎりやさいスープ りんご	ぶたにく いか えび ぎゅうにゅう あつあげ	こめ あぶら かたくりこ こまあぶら じゃがいも	にんにく しょうが にんじん たまねぎ だけのこ ほししいだけ キャベツ チンゲンサイ ねぎ りんご	
6月 26日		ピザトースト ポテトチャウダー サイダーゼリー	ベーコン チーズ ぎゅうにゅう とりにく いんげんまめ アガー	しょくパン オリーブ油 あぶら じゃがいも さとう バター サイダー	にんにく たまねぎ マトピューレ にんじん マッシュルーム ピーマン しめじ バセリ	
7月 29日		キムチチャーハン ちゅうかスープ たまごやきあますあんかけ	ぶたひきにく ぎゅうにゅう とりもも とうふ たまご	こめ あぶら こまあぶら はるさめ さとう こめこ	しょうが にんにく ねぎ にんじん キムチ えのきだけ チンゲンサイ ほししいだけ グリンピース	
8月 30日		ごはん とんじる もうかざめのににくやき ごまあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ もうかざめ	こめ ごま こんにゃく あぶら じゃがいも さとう こまあぶら	ごぼう にんじん だいこん ねぎ にんにく こまつな キャベツ	9月は練馬区内産の納品予定はありません。

※ 食材料購入の都合により献立を変更する場合がありますので、御了承ください。 ※給食回数20回

※ 日本食品標準成分表が改訂され2020年版(8訂)になりました。2020年版では、エネルギーの計算方法が改訂されたため、エネルギー量が今までより低く算出されます。

※ 学校給食実施基準は食品成分表2015年版(7訂)を基に作成されているため、改訂されるまで摂取栄養価のみ記載します。

月	エネルギー (Kcal)	たんぱく質 (%)	脂質 (%)	食塩相当量 (g)	カルシウム (mg)	マグネシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (ugRAE)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)
平均値	577	16.9	30.3	2.2	348	90	2.3	195	0.28	0.44	14	6.1

