

給食だより

令和6年4月号
山形市学校給食センター
第406号

＊こんにちは、学校給食センターです＊

ご入学・ご進級おめでとうございます。

山形市学校給食センターでは、安全で安心なおいしい給食をみなさんに届けるために、たくさんの人が関わり、給食をつくっています。今回は「山形市の学校給食の取り組み」と「学校給食ができるまで」を紹介します。

山形市の学校給食の取り組み



【給食内容】

小・中学校とも主食・おかず・牛乳を組み合わせた給食を、週5回実施しています。主食と牛乳は業者から学校に直接運ばれます。おかずはおもに3品献立となっており、当センターで調理し、各学校に配送しています。

【食物アレルギー対応食の提供】

食物アレルギーの中でも特に対象者の多い「卵」、「乳」、「卵と乳」の対応食を提供しています。他のアレルゲンについても、情報提供をしています。

【食育の充実】

- 地域の食文化を伝えるため、郷土食を取り入れています。
- 児童生徒の希望を取り入れたリクエストメニューなどで学校へ訪問し、栄養指導を行っています。
- 小学校6年生を対象にバイキング給食を実施しています。



【地産地消推進のための取り組み】

- 米飯は、市内産の「はえぬぎ一等米」を使用し、米飯給食の拡大を進めています。パンは市産米粉パン、市産小麦パンを取り入れています。
- 旬の時期にはできるだけ地場産のものを使用しています。また、契約栽培により、新鮮な市内産野菜を購入しています。

【環境への配慮】

- 給食運搬車は、ハイブリッド車を使用しています。
- 生ゴミや食用廃油は、肥料などにリサイクルしています。



【安全安心のために】

- 給食に使用した食材の安全性を確認し、食品の産地をお知らせしています。
- 放射性物質検査を実施しています。

結果については、山形市のホームページに掲載しています。

給食ができるまで



① 献立を決める

献立作成委員会（先生とセンター職員で構成）で献立を決定します。

- 和・洋・中とバラエティ豊富なおかず
- 児童生徒の嗜好を考慮する
- 季節や行事に合わせる
- 地元の食材をできるだけ取り入れる
- 給食費（一食単価 小学校 265円 中学校 305円）



② 注文する

学校の人数をまとめ、食材を注文します。



⑤ 調理する

大きな釜で材料を炒めています。



〈調理の様子〉

③ 材料が届く

④ 検収する

いたんでいるものがないかなどを確認します。



〈検収の様子〉



⑥ 学校へ届ける

- ◇ 小学校 36校、中学校 15校へ
- ◇ 1日に約2万食を作っています。



給食だよりや献立表に関する情報は、山形市公式ホームページにも掲載しています。

芸工大生が制作した紹介動画「教えてべっち！おいしい給食ができるまで」も山形市公式ホームページに掲載していますので、ぜひご覧ください。

4月 中学校献立表

第594号
山形市学校給食献立作成委員会
山形市学校給食センター TEL644-4325

給食 当番	週番	中B	こ ん だ て め い	エネルギー (kcal)	お も な ざ い り よ う		
				たんぱく質 (g)	脂質 (g)	塩分 (g)	かや熱のもとになる
1班	A班	11 (木)	弁 当 日				
		12 (金)	ごはん 山菜汁 かつおメンチ 春雨サラダ	786 25.9 23.1 2.8	はるさめ さとう 油 ごはん	生揚げ 豚肉 牛乳 みそ かつお	キャベツ きゅうり にんじん ねぎ みず わらび しめじ
1班	A班	15 (月)	ごはん 春キャベツのスープ 肉だんご (3個) 小松菜とツナのソテー	750 24 22.7 3.1	油 ごはん	まぐろ 豚肉 牛乳 肉だんご	キャベツ 小松菜 玉ねぎ チンゲンサイ とうもろこし にんじん
		16 (火)	ごはん 華風スープ チキンみそカツ ポテトサラダ	814 26.1 26.4 2.4	じゃがいも でんぶ マロニー 油 マヨネーズ ごはん	豆腐 豚肉 牛乳 とり肉	きゅうり チンゲンサイ にんじん ねぎ 白菜 干しいたけ
		17 (水)	ごはん 青梗菜ときのこのスープ ぎょうざ ★ドライカレー	742 27.4 21.5 2.9	カレールー ごはん	牛挽肉 豚挽肉 とり肉 牛乳 ぎょうざ	玉ねぎ チンゲンサイ にんじん ピーマン えのきたけ 干しいたけ トマトピューレ にんにく
		18 (木)	<入学・進級祝い献立> 菜めし お祝いかきたま汁 とり肉竜田揚げ 菜の花のあえもの	762 29.5 24.5 4	小麦粉 でんぶ 油 ごはん	豆腐 なたと とりもも肉 卵 牛乳	キャベツ しょうが 菜の花 にんじん みつば 広島菜
		19 (金)	ごはん もうそう汁 あじ照焼き ひじきの炒め煮	751 34.3 22.9 3.2	こんにやく さとう 油 ごはん	生揚げ ひじき さつま揚げ 豚肉 牛乳 みそ あじ	枝豆 たけのこ にんじん 干しいたけ
2班	B班	23 (火)	ごはん じゃがいものみそ汁 モーカフライソースかけ 豚肉と野菜の煮物	750 29.7 19.5 2.8	じゃがいも さとう 油 ごはん	油揚げ わかめ 豚もも肉 牛乳 みそ モーカ	さやいんげん キャベツ 玉ねぎ にんじん ねぎ もやし
		24 (水)	ごはん ★中華丼 ほうれん草オムレツ 三色あえ	762 28.7 22.2 3.3	でんぶ 油 ごはん	えび いか 豚もも肉 牛乳 オムレツ	キャベツ しょうが たけのこ チンゲンサイ とうもろこし にんじん 白菜 もやし 干しいたけ
		25 (木)	ごはん ★ビーフカレー 豆腐シューマイ 野菜サラダ 玉ねぎドレッシング	787 24.1 21.1 2.9	じゃがいも 油 カレールー ごはん ドレッシング	牛肉 牛乳 粉乳 チーズ シューマイ	グリーンピース キャベツ きゅうり 玉ねぎ にんじん にんにく
		26 (金)	ごはん 凍り豆腐のみそ汁 ぶりフライソースかけ ふきの炒り煮 いちご (2個)	780 28.2 23.3 2.8	こんにやく さとう 油 ごはん	油揚げ 凍り豆腐 わかめ さ つま揚げ 牛乳 みそ ぶり	玉ねぎ にんじん ふき いちご
1班	C班	30 (火)	ごはん 豚汁 さば昆布しょうゆ焼き 華風ひたし	786 29.1 27.9 2.7	こんにやく じゃがいも ごま 油 ごはん	豆腐 油揚げ わかめ 豚肉 牛乳 みそ さば	キャベツ ごぼう にんじん ねぎ もやし

※太字は山形県産、山形市産の食材です。
※食材は、入荷の都合により変更する場合があります。

※主食のエネルギーは、ごはん357kcal、パン364kcalです。
★：スプーンを使うと食べやすいメニューです。



今月の地場産品を紹介するべに♪
食材の中で、太字が地場産品べに!

<県産品>

牛乳 豚肉 豆腐 生揚げ 油揚げ
えのきたけ わらび ふき

<市産品>

ごはん(はえぬき一等米) こめ粉食パン
もやし きゅうり

※年間を通して100%地場産は、
米、牛乳、大豆製品、もやしべに!

新製品のアレルギー (表示義務・推奨の28品目) 情報

「コロッケ」に含まれるアレルギーは、豚肉、小麦、大豆です。

ご入学・ご進級おめでとうございます

学校給食について

山形市の学校給食は、主食(ごはんまたはパン)、牛乳、おかずを組み合わせた完全給食です。一食あたりの材料費は小学校265円、中学校305円です。

学校給食では、食事摂取基準の一日のおよそ1/3をとるようになっていきます。特に家庭で不足しがちなカルシウムは、食事摂取基準の推奨量の1/2をとるようにしています。はしとスプーンはご家庭でご準備ください。



生徒

中B 基本食 4月 材料表示献立表

令和6年 山形市学校給食センター

	11日(木)		12日(金)		15日(月)		16日(火)		17日(水)		18日(木)		19日(金)		22日(月)		23日(火)		24日(水)		25日(木)	
	牛乳	206乳	牛乳	206乳	牛乳	206乳	牛乳	206乳	牛乳	206乳	牛乳	206乳	牛乳	206乳	牛乳	206乳	牛乳	206乳	牛乳	206乳	牛乳	206乳
こんだて	牛乳 ごはん 卵スープ コロケソースかけ 五目煮		牛乳 ごはん 山菜汁 かつおメンチ 春雨サラダ		牛乳 ごはん 春キャベツのスープ 肉だんご(3個) 小松菜とツナのソテー		牛乳 ごはん 華風スープ チキンみそカツ ポテトサラダ		牛乳 ごはん 青菜ときのこのスープ ぎょうざ ドライカレー		牛乳 菜めし お祝いかきたま汁 とり肉竜田揚げ 菜の花のあえもの		牛乳 ごはん もうそう汁 あじ照焼き ひじきの炒め煮		牛乳 ごめ粉食パン コーンスープ ハンバーグケチャップソースかけ 海藻サラダ 青じそドレッシング		牛乳 ごはん じゃがいものみそ汁 モーカフライソースかけ 豚肉と野菜の煮物		牛乳 ごはん 中華丼 ほうれん草オムレツ 三色あえ		牛乳 ごはん ビーフカレー 豆腐シューマイ 野菜サラダ 玉ねぎドレッシング	
こんだてのざいりょう	ごはん	100	ごはん	100	ごはん	100	ごはん	100	ごはん	100	ごはん	100	ごはん	100	ごめ粉食パン	115乳	ごはん	100	ごはん	100	ごはん	100
	豚上肉	8	豚上肉	8	豚上肉	8	豚上肉	8	とり肉	20	菜めしごはんの素	3	豚上肉	28	とり肉	12	油揚げ	4	豚もも肉	18	(冷)牛肉	18
	玉ねぎ	12	生揚げ	24	にんじん	6	木綿豆腐	25	チンゲンサイ	18	祝いなると	5	生揚げ	24	じゃがいも	30	じゃがいも	40	(冷)イカ短冊	15	じゃがいも	40
	鶏卵 全卵 生	20卵	みず(袋)	9	キャベツ	24	マロニー	3.6	にんじん	12	木綿豆腐	25	たけのこ(缶)	18	パセリ	0.6	ねぎ	8	(冷)むきえび	15	(冷)グリーンピース	1.5
	にんじん	12	わらび(袋)	8	玉ねぎ	18	チンゲンサイ	8	えのきたけ 生	6	鶏卵 全卵 生	24卵	干しいたけスライス	0.6	にんじん	15	(乾)わかめ	0.4	チンゲンサイ	18	にんじん	24
	パセリ	0.5	しめじ 生	12	チンゲンサイ	9.6	にんじん	6	干しいたけスライス	0.6	にんじん	5	和風だしの素#100	0.24	玉ねぎ	30	煮干し	0.96	にんじん	15	玉ねぎ	42
	干しいたけスライス	0.4	ねぎ	6	(冷)粒コーン	5	ねぎ	6	酒	1.2	みつば	3	みそ	11	(冷)クリームコーン	7.2	鰹厚削	1.2	たけのこ(缶)	20	油	1
	スープストック	1.2	和風だしの素#100	0.2	スープストック	2.4	白菜	6	スープストック中華用	1.2	鰹厚削	1.2	牛乳(調理用)	24乳	みそ	11	白菜	55	脱脂粉乳	3乳		
	塩 食塩	0.96	みそ	11	塩 食塩	0.72	干しいたけスライス	0.5	しょうゆ	0.96	塩 食塩	0.84	あじ白照漬50g	50	生クリーム	4乳	もやし	20	粉チーズ	2乳		
	こしょう	0.03	ごま油	0.2	塩 食塩	0.6	しょうゆ	0.96	塩 食塩	0.6	しょうゆ	3	脱脂粉乳	4乳	モーカフライ	40	干しいたけスライス	1	ウスターソース	1		
	でんぷん	0.8	かつおカツ60g	60	塩 食塩	0.5	こしょう	0.02	でんぷん	0.8	さつま揚げ(角)	8.4	ポスタージュースコーン	16.5乳	油	4	しょうが	0.84	おろしにんにく	0.36		
	油	60	油	6	和風だしの素#100	75	こしょう	0.03	しょうゆ	2	つきこんにやく	15	油	0.6	塩 食塩	0.4	ごま油	1	カレー粉	0.3		
	油	6	きゅうり	20	(冷)小松菜	66	しょうゆ	0.6	手造り餃子	30	にんじん	12	塩 食塩	0.4	こしょう	0.06	酒	1	カレールウ	0.3		
	ウスターソース	1.8	キャベツ	20	スープストック中華用	0.6	しょうが	1.5	国産鶏皮付モモ50g	50	しょうが	1.5	国産芽ひじき	3.2	こしょう	0.06	豚もも肉	25	スープストック中華用	0.5	塩 食塩	0.1
	じゃがいも	24	はるさめ(10cmカット)	6	無塩がらホーク&チキン	1.2	(冷)牛挽肉	8	みりん 本みりん	1	(冷)牛挽肉	8	みりん 本みりん	1	(冷)むき枝豆	4	キャベツ	30	塩 食塩	0.5		
	平こんにやく	15	にんじん	12	豚挽肉	28	しょうゆ	4	油	1	しょうゆ	4	油	1	新産鶏肉と豚肉のハンバーグ60	60	もやし	18	こしょう	0.04	豆腐焼売	35
	とり角切り	10	にんじん	10	油	0.6	にんじん	12	油	5	にんじん	12	油	5	トマトピューレー	6	にんじん	6	しょうゆ	6		
	ごぼう	10	ごま油	1.44	しょうゆ	2.4	チキン味噌カツ	50	ピーマン	6	小麦粉	1.4	酒	1.2	三温糖	0.6	玉ねぎ	36	でんぷん	3.6	キャベツ	40
	にんじん	10	上白糖	2	塩 食塩	0.048	油	5	玉ねぎ	42	でんぷん	5.5	しょうゆ	4.2	中濃ソース	3	(冷)さやいんげん	3.6	オイスターソース	2	きゅうり	15
	ちくわ	5	しょうゆ	4	こしょう	0.05	おろしにんにく	0.36	おろしにんにく	0.36					ケチャップ	4	上白糖	0.24			にんじん	4
	しょうゆ	0.84	酢	3.6	じゃがいも	48	トマトピューレー	5	(冷)菜の花	20					油	0.3	しょうゆ	3.6	ふたつおムレツ(ほうれん草)	60卵		
	みりん 本みりん	0.5	洋辛子粉	0.12	にんじん	12	塩 食塩	0.3	キャベツ	36	にんじん	12	塩 食塩	0.3	もやし	46	和風だしの素#100	0.48	キャベツ	48		
	上白糖	0.84	きゅうり	14.4	マヨネーズSSK(1kg)	11卵	中濃ソース	4	にんじん	4	しょうゆ	3	しょうゆ	3	(乾)海藻	1			にんじん	6		
			塩 食塩	0.18	塩 食塩	0.18	カレー粉	0.3	にんじん	4					ハンオイル青じそドレッシング	10			(冷)粒コーン	12		
			こしょう	0.01	こしょう	0.01	カレールウ	5											しょうゆ	2.7		
	エネルギー	803		785		750		814		742		762		752		848		750		762		787
たんぱく質	23.6		25.9		24.0		26.1		27.4		29.5		34.3		33.2		29.7		28.7		24.1	

生徒

中B 基本食 4月 材料表示献立表

令和6年

山形市学校給食センター

26日(金)		30日(火)																		
こんだて	牛乳		牛乳																	
	ごはん		ごはん																	
こんだて	凍り豆腐のみそ汁		豚汁																	
	ぶりフライソースかけ		さば昆布しょうゆ焼き																	
こんだて	ふきの炒り煮		華風ひたし																	
	いちご(2個)																			
こんだて	牛乳	206	牛乳	206																
	ごはん	100	ごはん	100																
こんだて	凍り豆腐	4	豚上肉	15																
	油揚げ	3.6	木綿豆腐	18																
こんだて	玉ねぎ	25	油揚げ	3																
	(乾)わかめ	0.4	平こんにゃく	6																
こんだて	煮干し	0.96	じゃがいも	18																
	鯉厚削	1.2	にんじん	6																
こんだて	みそ	11	ごぼう	6																
			ねぎ	6																
こんだて	和風天婦プリフライ 50g	50	和風だしの素#100	0.2																
	油	5	みそ	11																
こんだて	ウスターソース	1.8	さば昆布醤油干し50g	50																
	さつま揚げ(角)	12	キャベツ	24																
こんだて	つきこんにゃく	22	もやし	35																
	ふぎ(袋)	30	(乾)わかめ	0.4																
こんだて	にんじん	10	白いりごま	0.5																
	油	0.6	ごま油	1																
こんだて	上白糖	0.5	しょうゆ	3.8																
	酒	1	洋辛子粉	0.1																
こんだて	しょうゆ	2.8																		
	いちご 生	26																		
エネルギー	780	786																		
たんぱく質	28.2	29.1																		