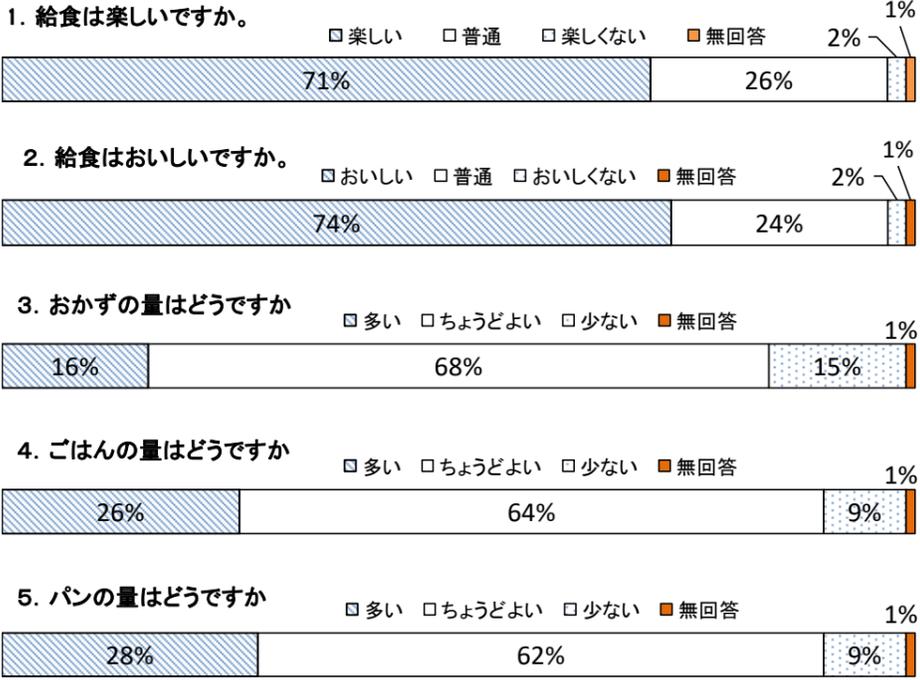


第41回学校給食アンケート

実施日 令和6年7月1日～5日
人数 小学校児童 1878名



給食ランキング

順位	7.今までに給食で食べた中で好きなものは何ですか？	8.今までに給食で食べた中で嫌いなものは何ですか？	9.給食で食べてみたいものは何ですか？
1	カレーライス	トマト	すし
2	アセロラゼリー	さかな	オムライス
3	ラーメン	えびなす	アイス
4	ハンバーグ	ゴーヤ	あげパン
5	フルーツジュレ	海藻サラダ	ステーキ
6	パン	パン	ピザ
7	カレーうどん	牛乳	プリン
8	ヤンニョムチキン	焼きとうもろこし	いちご
9	パイナップル	アスパラガス	スイカ
10	海藻サラダ	凍り豆腐の含め煮	マスカット

4日 いわしの日 (鯛の蒲焼)



こんだて名	1日 火	
ぎゅうにゅう		
パン		
コンソメスープ		
ウインナー		
パイナップル(缶)		
食品名	分量(g)	エネルギー
牛乳	206	596
パン	55	
・コンソメスープ		
鶏肉	18	
玉ねぎ	24	
キャベツ	24	
コーン	20	
人参	12	
コンソメの素	0.6	
鶏ガラスープ	2	
塩	0.1	
こしょう	0.01	
・ウインナー	2個	25.3
ウインナー	40	
菜種油	0.5	
・パイナップル(缶)	1個	
パイナップル	30	
		脂質
		26.4

9日 韓国料理 (トックスープ)



こんだて名	2日 水		
ぎゅうにゅう			
ごはん			
カレーライス			
さといもコロケ			
食品名	分量(g)	エネルギー	
牛乳	206	755	
ごはん	80		
・カレーライス			
牛肉	35		
じゃがいも	40		
玉ねぎ	30		
人参	20		
グリーンピース	5		
しょうが	0.2		
にんにく	0.15		たんぱく質
オニオンソテー	5		
トマトケチャップ	4	24.8	
カレーウ	20		
鶏ガラスープ	2		
濃口しょうゆ	1		
塩	0.12		
こしょう	0.01		
菜種油	0.5		
・里芋コロケ	1個		脂質
里芋コロケ	50		
菜種油	4		22.4

こんだて名	3日 木		
ぎゅうにゅう			
パン(げんりょう)			
しょうゆラーメン			
とりこくのたつたあげ			
食品名	分量(g)	エネルギー	
牛乳	206	598	
パン	45		
・醤油ラーメン			
冷凍中華めん	45		
焼き豚	15		
玉ねぎ	20		
人参	10		
もやし	10		
青ねぎ	5		
しょうが	0.3		たんぱく質
でん粉	0.5		
豚骨スープ	3	26.9	
鶏ガラスープ	1		
淡口しょうゆ	5		
塩	0.1		
こしょう	0.01		
ごま油	0.7		
・鶏肉の竜田揚げ	1個		脂質
鶏肉	50		
しょうが	0.5		24.4
にんにく	0.3		
でん粉	4		
濃口しょうゆ	2		
酒	0.5		
菜種油	3		

こんだて名	4日 金		
ぎゅうにゅう			
ごはん			
さわにわん			
いわしのかばやき			
食品名	分量(g)	エネルギー	
牛乳	206	596	
ごはん	80		
・沢煮椀			
豚肉	15		
大根	20		
人参	15		
ささがきごぼう	15		
青ねぎ	5		
淡口しょうゆ	6		
みりん	0.6		たんぱく質
削り節	3		
・鯛の蒲焼	1個	23.8	
鯛	30		
しょうが	0.5		
でん粉	5		
濃口しょうゆ	3.5		
砂糖	2.1		
みりん	1		
菜種油	1		
			脂質
			16.1

11日 お祭り献立 (クレープ)



こんだて名	7日 月		
ぎゅうにゅう			
ごはん			
にじやが			
かきあげ			
食品名	分量(g)	エネルギー	
牛乳	206	679	
ごはん	80		
・肉じゃが			
牛肉	20		
平天	10		
糸こんにゃく	10		
じゃがいも	40		
玉ねぎ	30		
人参	10		
さやいんげん	2.5		たんぱく質
濃口しょうゆ	5		
砂糖	2.5	20.8	
みりん	1		
菜種油	0.5		
削り節	2		
・かきあげ	1個		脂質
かき揚げ	40		
菜種油	3		22.7

こんだて名	8日 火		
ぎゅうにゅう			
パン			
コンソメスープ			
ポークチャップ			
いちごジャム			
食品名	分量(g)	エネルギー	
牛乳	206	582	
パン	55		
・コンソメスープ			
鶏肉	18		
玉ねぎ	36		
キャベツ	30		
人参	12		
オニオンソテー	12		
コンソメの素	1.4		
鶏ガラスープ	2		たんぱく質
塩	0.33		
こしょう	0.01	26.5	
・ポークチャップ	1個		脂質
豚肉	40		
玉ねぎ	3		22.4
でん粉	0.4		
トマトケチャップ	4.5		
とんかつソース	2		
濃口しょうゆ	0.5		
砂糖	1.5		
塩	0.1		
こしょう	0.01		
菜種油	1		
・いちごジャム	1個		
いちごジャム	10		

こんだて名	9日 水		
ぎゅうにゅう			
ごはん			
トックスープ			
チヂミ			
食品名	分量(g)	エネルギー	
牛乳	206	643	
ごはん	80		
・トックスープ			
鶏肉	20		
韓国餅	25		
玉ねぎ	24		
人参	12		
大根	12		
しいたけ	5		
青ねぎ	5		たんぱく質
鶏ガラスープ	2		
淡口しょうゆ	5	20.6	
酒	0.5		
塩	0.02		
こしょう	0.01		
・チヂミ	1個		脂質
チヂミ	50		
菜種油	0.5		16.2

こんだて名	10日 木		
ぎゅうにゅう			
うずまきパン			
ポトフ			
ミンチカツ			
食品名	分量(g)	エネルギー	
牛乳	206	654	
パン	55		
・ポトフ			
ソーセージ	20		
じゃがいも	50		
玉ねぎ	30		
キャベツ	30		
人参	15		
乾燥パセリ	0.02		
コンソメの素	0.5		たんぱく質
鶏ガラスープ	1		
濃口しょうゆ	0.2	21.9	
塩	0.25		
こしょう	0.02		
菜種油	0.1		
・ミンチカツ	1個		脂質
ミンチカツ	60		
菜種油	4		26.5

こんだて名	11日 金		
ぎゅうにゅう			
きのこごはん(げんりょう)			
すまし汁			
さけのおやき			
クレープ			
食品名	分量(g)	エネルギー	
牛乳	206	631	
きのこごはんの素	20		
ごはん	70		
・すまし汁			
焼きかまぼこ	12		
冷凍豆腐	24		
人参	12		
大根	12		
青ねぎ	6		
干しわかめ	0.5		たんぱく質
淡口しょうゆ	6		
削り節	3	28.7	
・鮭の塩焼き	1個		脂質
サケ切身	50		
塩	0.1		18.8
菜種油	0.5		
・クレープ	1個		
クレープ	35		



ごんたて名 15日 火			
ぎゅうにゅう			
パン(げんりょう)			
かやくうどん			
フランクフルト			
食品名	分量(g)	エネルギー	
牛乳	206	578	
パン	45		
・かやくうどん			
冷凍うどん	60		
焼きかまぼこ	20		
油あげ	5		
人参	10		
青ねぎ	8		
淡口しょうゆ	6		
みりん	0.5		たんぱく質
削り節	2	23.7	
昆布	0.7		
・フランクフルト	1個		
フランクフルト	40		
菜種油	0.5		
			脂質
			24.4

ごんたて名 16日 水		
ぎゅうにゅう		
ごはん		
さつま汁		
まぐろのたつたあげ		
食品名	分量(g)	エネルギー
牛乳	206	695
ご飯	80	
・さつま汁		
豚肉	23	
油あげ	5.7	
さつまいも	34	
人参	12	
もやし	12	
ささがきごぼう	5	
青ねぎ	5	
赤味噌	8	37.6
白味噌	5.7	
削り節	4	
・まぐろの竜田揚げ		
まぐろ角切り	60	
しょうが	1.2	
でん粉	3	
濃口しょうゆ	3	
みりん	1	
酒	1.5	
菜種油	3	17.6

ごんたて名 17日 木		
ぎゅうにゅう		
パン		
ビーフシチュー		
やきとうもろこし		
食品名	分量(g)	エネルギー
牛乳	206	636
パン	55	
・ビーフシチュー		
牛肉	40	
玉ねぎ	46	
じゃがいも	34	
人参	17	
グリーンピース	8	
マッシュルーム	6	
オニオンソテー	11	
トマトケチャップ	1.2	25.5
ハヤシルウ	12	
ウスターソース	0.5	
コンソメの素	0.5	
鶏ガラスープ	1	
こしょう	0.02	
・焼きとうもろこし	1個	
とうもろこし	35	
濃口しょうゆ	1	
みりん	1	
菜種油	0.5	23.3

ごんたて名 18日 金		
ぎゅうにゅう		
ごはん		
けんちん汁		
みそカツ		
みかんゼリー		
食品名	分量(g)	エネルギー
牛乳	206	661
ご飯	80	
・けんちん汁		
油あげ	6	
冷凍豆腐	24	
大根	18	
人参	12	
里芋	12	
青ねぎ	6	
淡口しょうゆ	6	
酒	1.2	22.6
削り節	3.6	
・みそカツ	1個	
豚カツ	30	
菜種油	4	
・みそカツ(タレ)		
八丁味噌	2	
トマトケチャップ	1	
とんかつソース	1.1	
砂糖	1.6	
でん粉	0.2	18.4
・みかんゼリー	1個	
みかんゼリー	40	

ごんたて名 21日 月		
ぎゅうにゅう		
ごはん		
いもに		
ちくわのいそべあげ		
食品名	分量(g)	エネルギー
牛乳	206	641
ご飯	80	
・芋煮		
牛肉	30	
板こんにゃく	15	
里芋	30	
ささがきごぼう	20	
白ねぎ	15	
人参	10	
大根	10	
まいたけ	10	25.2
しめじ	10	
濃口しょうゆ	6	
砂糖	3	
酒	1	
・ちくわのいそべあげ	1個	
焼きちくわ	40	
青のり	0.28	
上新粉	6	
塩	0.04	
菜種油	4	17.3

ごんたて名 22日 火		
ぎゅうにゅう		
パン		
ミネストローネ		
エスカベージュ		
食品名	分量(g)	エネルギー
牛乳	206	606
パン	55	
・ミネストローネ		
ソーセージ	24	
玉ねぎ	36	
じゃがいも	24	
キャベツ	24	
人参	12	
トマト水煮	15	
トマトケチャップ	8.4	
白ワイン	0.2	27.7
コンソメの素	0.3	
鶏ガラスープ	2	
淡口しょうゆ	2.4	
塩	0.34	
こしょう	0.01	
・エスカベージュ	1個	
たら切身	50	
玉ねぎ	10	
人参	5	
ピーマン	3	22.6
でん粉	4	
淡口しょうゆ	1.5	
砂糖	1.5	
米酢	3.3	
塩	0.03	
こしょう	0.01	
菜種油	3	

ごんたて名 23日 水			
ぎゅうにゅう			
ごはん			
にくだんこのスープ			
やきギョーザ			
かつおふりかけ			
食品名	分量(g)	エネルギー	
牛乳	206	621	
ご飯	80		
・肉団子のスープ			
ミートボール	35		
玉ねぎ	24		
白菜	17		
人参	12		
青ねぎ	5		
しいたけ	3		
鶏ガラスープ	2		たんぱく質
淡口しょうゆ	6	21.2	
・焼きギョーザ	2個		
ギョーザ	36		
菜種油	0.3		
・かつおふりかけ	1個		
かつおふりかけ	2.5		
			脂質
			17.2

ごんたて名 24日 木		
ぎゅうにゅう		
パン		
カレーシチュー		
いろどりいため		
アセロラゼリー		
食品名	分量(g)	エネルギー
牛乳	206	617
パン	55	
・カレーシチュー		
牛肉	30	
玉ねぎ	40	
じゃがいも	30	
人参	15	
セロリ	5	
グリーンピース	5	
トマト水煮	10	
カレー粉	8	24
ウスターソース	1	
濃口しょうゆ	1	
塩	0.1	
こしょう	0.01	
菜種油	0.5	
・いろどりいため		
ベーコン	15	
玉ねぎ	25	
人参	10	
ピーマン	10	21.7
塩	0.1	
こしょう	0.01	
菜種油	1	
・アセロラゼリー	1個	
アセロラゼリー	40	

ごんたて名 25日 金		
ぎゅうにゅう		
ごはん(げんりょう)		
みそラーメン		
ヤンニョムチキン		
食品名	分量(g)	エネルギー
牛乳	206	708
ご飯	70	
・味噌ラーメン		
冷凍中華めん	45	
豚肉	20	
玉ねぎ	20	
白菜	20	
人参	10	
青ねぎ	5	
コーン	5	
しょうが	0.3	28
赤味噌	12.5	
豚骨スープ	2	
鶏ガラスープ	1	
濃口しょうゆ	1	
塩	0.1	
こしょう	0.01	
・ヤンニョムチキン	1個	
鶏肉	50	
にんにく	0.05	
でん粉	5	23.5
トマトケチャップ	2.5	
コチュジャン	1.2	
濃口しょうゆ	1	
砂糖	0.5	
みりん	1	
塩	0.1	
こしょう	0.02	
菜種油	4	

運動会 代休

ごんたて名 29日 火			
ぎゅうにゅう			
パン			
オニオンスープ			
ハンバーグ			
食品名	分量(g)	エネルギー	
牛乳	206	571	
パン	55		
・オニオンスープ			
鶏肉	18		
玉ねぎ	48		
人参	12		
オニオンソテー	24		
白ワイン	0.3		
鶏ガラスープ	2.4		
塩	1		たんぱく質
こしょう	0.05	25.4	
菜種油	1		
・ハンバーグ	1個		
ハンバーグ	60		
菜種油	1		
			脂質
			23.3

ごんたて名 30日 水			
ぎゅうにゅう			
なめし			
こおりどうふのふくめに			
はるまき			
食品名	分量(g)	エネルギー	
牛乳	206	685	
菜めしの素	2.8		
ご飯	80		
・凍り豆腐の含め煮			
切り高野豆腐	14		
焼きかまぼこ	18		
里芋	24		
人参	6		
しいたけ	6		
さやいんげん	3.6		
淡口しょうゆ	8.4	たんぱく質	
砂糖	5.4	26.1	
みりん	0.6		
削り節	2		
・春巻	1個		
春巻	50		
菜種油	4		
			脂質
			19.4

ごんたて名 31日 木		
ぎゅうにゅう		
パン		
わかめスープ		
タンドリーチキン		
マーシャルピーンズ		
食品名	分量(g)	エネルギー
牛乳	206	626
パン	55	
・わかめスープ		
焼き豚	12	
玉ねぎ	24	
人参	12	
チンゲンサイ	12	
もやし	12	
干しわかめ	0.6	
鶏ガラスープ	0.12	
淡口しょうゆ	4.8	27.5
・タンドリーチキン		
鶏肉	60	
しょうが	0.01	
にんにく	0.01	
トマトケチャップ	2	
カレー粉	0.4	
濃口しょうゆ	0.9	
みりん	0.5	
塩	0.1	
こしょう	0.01	29.9
オリーブ油	0.3	
菜種油	1	
・マーシャルピーンズ	1個	
マーシャルピーンズ	10	

1日平均栄養摂取量

エネルギー	637kcal
たんぱく質	25.4g
しぼう	21.6g
カルシウム	306mg
てつ	2.5mg
ビタミンA	307μg
ビタミンB1	0.67mg
ビタミンB2	0.55mg
ビタミンC	23mg

一口30回以上、しっかりかんで食べましょう。

お家からスプーンを持って来ましょう。