

## 令和7年度 給食センター事業計画

子どもたちの健康増進と、安全かつ安心で美味しい学校給食の配食に向けて、次のとおり事業計画を策定します。

### 1 給食センターの配達校

#### ■いがっこ給食センター元気 (市内小学校 15 校)

【久米、上野北、府中、中瀬、上野南、成和東、成和西、三訪、柘植、西柘植、壬生野、島ヶ原、阿山、大山田、青山】

#### ■いがっこ給食センター夢 (市内中学校 10 校)

【崇広、緑ヶ丘、城東、上野南、柘植、霊峰、島ヶ原、阿山、大山田、青山】

### 2 給食実施期間及び日数

|     |                     |          |
|-----|---------------------|----------|
| 1学期 | 4月9日(水) ~ 7月17日(木)  |          |
|     | 始業式4/7              | 終業式7/18  |
| 2学期 | 9月2日(火) ~ 12月22日(月) |          |
|     | 始業式8/28             | 終業式12/23 |
| 3学期 | 1月9日(金) ~ 3月23日(月)  |          |
|     | 始業式1/8              | 修了式3/25  |

| 学期  | 月   | 日 数(日数=回数) |     |      |  |
|-----|-----|------------|-----|------|--|
|     |     | 月別         | 学期別 | 年間合計 |  |
| 1学期 | 4月  | 15日        | 69日 | 191日 |  |
|     | 5月  | 20日        |     |      |  |
|     | 6月  | 21日        |     |      |  |
|     | 7月  | 13日        |     |      |  |
| 2学期 | 9月  | 19日        | 75日 |      |  |
|     | 10月 | 22日        |     |      |  |
|     | 11月 | 18日        |     |      |  |
|     | 12月 | 16日        |     |      |  |
| 3学期 | 1月  | 15日        | 47日 |      |  |
|     | 2月  | 18日        |     |      |  |
|     | 3月  | 14日        |     |      |  |

### 3 給食数 (児童・生徒数) 及び給食費

別表のとおり

## 4 食材の調達

伊賀市契約規則に準じ、入札(見積合わせ)を実施し、食材調達を行います。

◆野菜類、豆腐類、肉、卵、魚介類・・・毎月（随時期間の場合あり）

◆調味料類等・・・・・・・・・・・・1学期および2・3学期

◇米麦、パン・・・三重県学校給食会で調達（伊賀米コシヒカリ使用）

◇牛乳・・・日本酪農で調達

物資納入業者と連携し、地場産(伊賀・三重県)食材を積極的に使用します。

## 5 献立の充実

- (1) 学校給食摂取基準（文科省）に基づき、栄養バランスのとれた献立内容の充実に努めます。
- (2) 原材料から調理する「手作りによる給食」を推進します。
- (3) 伊賀産、県内産の農作物等の積極的な選定や「いがスマイル給食」の実施を継続し、地産地消の推進を図ります。（地場産率目標：金額ベース 65%以上）
- (4) 郷土の特色を盛り込んだ献立や行事食等を積極的に取り入れます。

## 6 食品の安全確保と衛生管理

- (1) 「学校給食衛生管理基準」および「大量調理施設衛生管理マニュアル」等に基づいた衛生管理の充実に努めます。
- (2) 良質な食材の選定と適切な検収を実施します。乾物・調味料などは、栄養成分、原材料（食品添加物）、アレルギー物質、原産国、製造工程を確認します。
- (3) 食物アレルギーを有する児童や生徒に対応するため、家庭や学校、調理従事者と連携し実態を把握した上で、安全なアレルギー対応食の提供を実施します。
- (4) 施設管理者や衛生管理者、調理従事者等の衛生管理の意識向上を図るため、各種衛生管理研修に参加します。

## 7 学校給食に対する相互連携の充実と食育の推進

- (1) 栄養教諭及び食育担当教諭との連携を図りながら、学校訪問により児童生徒指導を行い、食育の推進に努めます。
- (2) 学校給食の献立表及び料理ごとの食材や調味料が確認できる詳細を伊賀市ホームページに掲載し給食内容を知らせるとともに「給食だより」を活用し食に関する情報を家庭に提供します。また、児童・生徒が使用しているタブレットで、出来上がった給食の写真のほか、食べ物や料理の紹介、給食の調理方法の動画なども随時掲載します。
- (3) 給食センターと学校が連携をとり、給食残食率の低下に努めます。
- (4) センター方式による学校給食は、施設や調理する人の姿を見ることができないため児童の施設見学や生徒の職場体験を受け入れ食育を推進します。

## 8 職場の安全衛生と健康管理

調理に携わる者の健康管理の徹底を図ります。（検便検査月2回）

また、施設・設備の点検のほか、環境管理や安全衛生の確保に努めます。

## 【給食センター給食数】

令和7年5月1日現在

## 1. いがっこ給食センター元氣

| 学校名     | 児童数等  | 教員数等 | (人) 計 |
|---------|-------|------|-------|
| 久米小学校   | 136   | 22   | 158   |
| 上野北小学校  | 157   | 22   | 179   |
| 府中小学校   | 198   | 20   | 218   |
| 中瀬小学校   | 86    | 20   | 106   |
| 上野南小学校  | 118   | 16   | 134   |
| 成和東小学校  | 71    | 14   | 85    |
| 成和西小学校  | 66    | 14   | 80    |
| 三訪小学校   | 78    | 18   | 96    |
| 柘植小学校   | 116   | 19   | 135   |
| 西柘植小学校  | 97    | 17   | 114   |
| 壬生野小学校  | 147   | 21   | 168   |
| 島ヶ原小学校  | 53    | 13   | 66    |
| 阿山小学校   | 214   | 22   | 236   |
| 大山田小学校  | 236   | 28   | 264   |
| 青山小学校   | 326   | 36   | 362   |
| 予備食     |       | 63   | 63    |
| センター職員  |       | 5    | 5     |
| 保存食     |       | 3    | 3     |
| 小計      | 2,099 | 373  | 2,472 |
| 運営・配送会社 |       | 29   | 29    |
| 小計      |       | 29   | 29    |
| 合計      | 2,099 | 402  | 2,501 |

## 給食費 (円)

| 区分   | 日額  |
|------|-----|
| 児童   | 無償  |
| 教職員等 | 300 |

## 2. いがっこ給食センター夢

| 学校名     | 生徒数   | 教員数等 | (人) 計 |
|---------|-------|------|-------|
| 崇広中学校   | 403   | 39   | 442   |
| 緑ヶ丘中学校  | 498   | 45   | 543   |
| 城東中学校   | 285   | 29   | 314   |
| 上野南中学校  | 158   | 17   | 175   |
| 柘植中学校   | 49    | 14   | 63    |
| 靈峰中学校   | 123   | 16   | 139   |
| 島ヶ原中学校  | 37    | 12   | 49    |
| 阿山中学校   | 148   | 17   | 165   |
| 大山田中学校  | 96    | 15   | 111   |
| 青山中学校   | 188   | 24   | 212   |
| 予備食     |       | 62   | 62    |
| センター職員  |       | 5    | 5     |
| 保存食     |       | 4    | 4     |
| 小計      | 1,985 | 299  | 2,284 |
| 運営・配送会社 |       | 30   | 30    |
| 小計      |       | 30   | 30    |
| 合計      | 1,985 | 329  | 2,314 |

## 給食費 (円)

| 区分   | 日額  |
|------|-----|
| 生徒   | 無償  |
| 教職員等 | 325 |

## 【給食費】

令和5年4月から、食育の推進と子育て支援を目的に、市内の小中学校給食費無償化を行っています。

学校給食の無償化を通じて、家庭での食生活の充実や、朝食を欠食する児童生徒がより少なくなる  
よう食育を推進していきます。

◆小学校 295円/食 ◆中学校 325円/食 年間191回

◆小中学校児童・生徒給食費無償化予算額 328, 361, 000円(賄材料費)  
一人当たり(小学生)56, 345円 (中学生)62, 075円

◆いがスマイル給食予算額 28, 433, 000円(賄材料費)



※献立は、中学年（3・4年生）のエネルギー量を掲載しています。※材料の都合により、献立を変更する場合があります。

きゅうしょく

# 給食だより～元気

げんき



新年度が始まり、早くもひと月が過ぎようとしています。5月は1年の中でも比較的過ごしやすい時期ですが、急に気温が上がることもあり、体がまだ暑さに慣れていないため、熱中症には特に注意が必要です。新しい環境への疲れも出てくるころですので、睡眠をしっかりとって体調を整え、朝ごはんを必ず食べてから登校するようにしましょう。

**朝ごはんを食べる習慣がない人は、何か一品でも口に入れることから始めましょう。**

まずは、脳のエネルギー源となる糖質を多く含むものを！

食欲がない人は、みそ汁やスープ、牛乳などがおすすめです。水分と一緒にビタミンやミネラルをとることができます。

**食べる習慣ができたら、少しずつ品数を増やしてバランスも意識しましょう。**

おにぎり → おにぎり+みそ汁 → おにぎり+みそ汁+卵焼き



～朝ごはんにオススメの給食レシピ～  
とり 鶏そぼろごはん

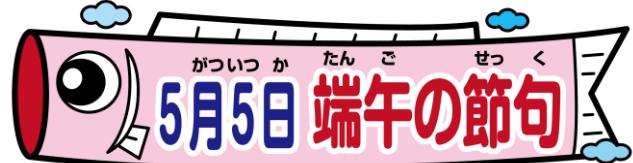
5/13(火) の献立より

| 材料       | 1人分  | 4人分     |
|----------|------|---------|
| サラダ油     | 1g   | 小さじ1杯弱  |
| しょうが     | 1g   | 4g      |
| とり 鶏ミンチ  | 40g  | 160g    |
| 酒        | 2g   | 小さじ1杯弱  |
| にんじん     | 10g  | 1/4本    |
| たけのこ     | 15g  | 60g     |
| さとう      | 3g   | 小さじ4杯   |
| みりん      | 2.5g | 小さじ2弱   |
| こいくちしょうゆ | 5g   | おおさじ1杯強 |
| ごはん      | 185g | 茶碗4杯    |

| 作り方  |
|--|
| ① しょうがはすりおろし、にんじんはみじん切り、たけのこはみじん切りして茹でておく。 |
| ② サラダ油でしょうがとミンチを炒める。（途中で酒を加える。）            |
| ③ にんじんを加えて炒める。                             |
| ④ にんじんに火が入ったら、たけのこを加えさらに炒める。               |
| ⑤ さとう、みりん、しょうゆを加え、汁気がなくなるまで炒める。            |
| ⑥ ごはんの上にかけて完成。                             |

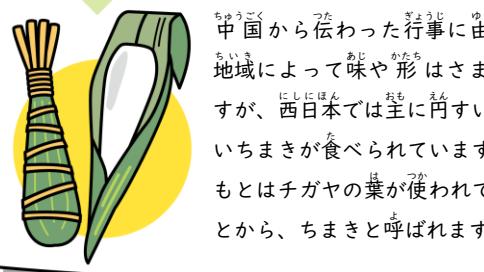
伊賀市は、今年度も食育の推進や子育て支援を目的に給食費の無償が継続されます。子どものときの食が大人になってからの心と体をつくります。毎日朝ごはんを食べる習慣をつけましょう。

## こんだて 5月の献立より



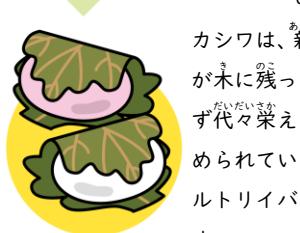
端午の節句は、子どもたちの健やかな成長と幸せを願う年中行事です。五月人形やこいのぼりを飾り、ちまき、かしわもちなどを食べてお祝いする風習があります。

### ちまき



もち米や団子をササの葉などで包み、茹でたり蒸したりしたもの。中国から伝わった行事に由来し、地域によって味や形はさまざまですが、西日本では主に円すい形の甘いちまきが食べられています。もともとはチガヤの葉が使われていたことから、ちまきと呼ばれます。

### かしわもち



カシワは、新しい芽が出るまで古い葉が木に残ることから、家が途絶えず代々栄えていくようにとの願いが込められています。カシワの代わりにサルトリイバラの葉を使う地域もあります。

別名で「菖蒲の節句」ともいい、菖蒲を浮かべたお風呂につかり、厄をはらう風習もあります。



### ☆今月の地場産物（伊賀・三重産）☆

こめ・小麦粉・牛肉・豚肉・鶏肉・大豆・豆腐・油あげ・厚揚げ・鶏卵・わかめ・のり・生しいたけ・玉ねぎ・だいこん・ねぎ・ほうれんそう・実えんどう・スナップえんどう・小松菜・アスパラガス・抹茶・もやし・チンゲン菜・たけのこ水煮・菜の花オイル

※紙面の都合上、伊賀・三重産しか掲載しておりませんが、他の食材の産地も開示しています。

いつでもお問い合わせください。いがっこ給食センター元気【41-0888】

（魚の産地は、右の二次元コードを読み取り、5月詳細をご覧ください。）



### こんだて きゅうしょく 今月の「いがスマイル給食」

5/8(木)ー米・牛肉・鶏卵・生しいたけ・ほうれんそう・ねぎ

5/15(木)ー米・牛肉・アスパラガス

5/21(水)ー牛肉・豚肉



# 2025年5月 食事立表

いがっこ給食センター夢

| 月  | 火  | 水   | 木   | 金   |
|--|--|---|---|---|
| 日付<br>ひづけ                                | ひどくら<br>一ロメモ                                   | ◎いがスマイル給食◎<br>きゅうしょく<br>※( )は使用食材です                       | 1 のりボテトは、角切りにしたじゃがいもを油で揚げて青のりと塩をまぶします。              | 2 ちまきは地域によって形や中身が異なり、関西地域のちまきには甘い餅が入っています。                    |
| その日のメニュー<br>(盛り付け図)                      | 9日(金)<br>・伊賀産抹茶のミニ揚げパン(抹茶)<br>・伊賀豚の和風スパゲティ(豚肉) | 22日(木)<br>・伊賀牛ごぼうご飯(牛肉)                                   | 26日(月)<br>・伊賀豚丼(豚肉)                                 | 端午の節句献立<br>ちまき<br>さざみのり<br>端午寿司                               |
| エネルギー<br>kcal                            | たんぱく質<br>g                                     | 脂質<br>g   | エネルギー<br>775 kcal                                   | たんぱく質<br>29.1 g   |
| 赤<br>赤                                   | 血や肉、骨になる食品                                     | 赤<br>赤  | 牛乳 豚肉 厚揚げ 赤みそ<br>青のり ちりめんじゅうこ                       | 牛乳 高野豆腐<br>のり 鶏卵  |
| 黄<br>黄                                   | 熱や力のもとになる食品                                    | 黄<br>黄  | 伊賀米 大麦 油 さとう<br>ごま油 じゃがいも                           | 伊賀米 さとう<br>でんぶん ちまき   |
| 緑<br>緑                                   | 体の調子を整える食品                                     | 緑<br>緑  | にんにく にんじん<br>玉ねぎ キャベツ                               | 干ししいたけ にんじん<br>だけのこ 玉ねぎ 白菜 ネギ                                 |
| 5 こどもの日                                  | 6 振替休日   | 7 ごぼうサラダのごぼうは、炒めて下味を付けてから、ドレッシングで和えています。                  | 8 ピンバは、韓国料理で「混ぜごはん」という意味があります。好みで混ぜながら食べましょう。       | 9 伊賀産の抹茶を使った揚げパンと、伊賀産の豚肉を使ったスペゲティです。                          |
| ☆ロイロノートに、毎日給食の写真をアップしています。               | 4/9 水曜日<br>・カレーライス<br>・牛乳<br>・コンサラダ            | ☆盛り付けの量や器の参考に、ぜひご覧ください!<br>(資料箱→伊賀市共有→「いがっこ給食センター夢」にあります) | ごぼうサラダ<br>あじのパン粉焼き<br>白ご飯<br>のべつけ<br>わかめスープ<br>ピビンバ | いがスマイル給食<br>いがっこ<br>伊賀豚の<br>和風スパゲティ<br>さざみのり<br>伊賀産抹茶<br>揚げパン |
| エネルギー<br>711 kcal                        | たんぱく質<br>29.6 g                                | 脂質<br>20.6 g  | エネルギー<br>713 kcal                                   | たんぱく質<br>29.1 g   |
| 赤<br>赤                                   | 牛乳 豚肉 赤みそ<br>あじ 油揚げ                            | 赤<br>赤  | 牛乳 豚肉 赤みそ<br>豆腐 わかめ                                 | 牛乳 豚肉 ベーコン<br>ひじき のり  |
| 黄<br>黄                                   | 伊賀米 バン粉 菜の花油 油 さとう こんにゃく<br>ノンエッグマヨネーズ         | 黄<br>黄  | 伊賀米 大麦 油<br>さとう ごま油                                 | コッペパン 油 さとう<br>スパゲティ 菜の花油 ごま油                                 |
| 緑<br>緑                                   | ごぼう コーン きゅうり<br>にんじん 大根 さといも                   | 緑<br>緑  | にんにく にんじん ほうれん草 大豆もやし<br>しょうが 干ししいたけ 玉ねぎ ネギ         | 抹茶 にんにく にんじん 玉ねぎ<br>しめじ 小松菜 コーン きゅうり キャベツ                     |
| 12 力痩せばろは、豚のひき肉を使っています。ご飯と一緒にしゃかり食べよう。   | 13 もずくは独特のぬめりと柔らかさのある海藻です。沖縄県で養殖が盛んです。         | 14 もやしは日光を当てずに豆から発芽させたものです。和え物や炒め物に人気です。                  | 15 烧きうどんは1食用のかつお節をかけてね。手巻きのりには、ごはんとツナマヨを巻いて食べましょう。  | 16 甘夏は、4月から5月が旬です。さっぱりとした甘さでほんのりとした苦味が特徴です。                   |
| エネルギー<br>729 kcal                        | たんぱく質<br>31.6 g                                | 脂質<br>19.2 g  | エネルギー<br>705 kcal                                   | たんぱく質<br>28.3 g   |
| 赤<br>赤                                   | 牛乳 豚肉<br>豆腐 わかめ 赤みそ                            | 赤<br>赤  | 牛乳 豚肉<br>豆腐 赤みそ                                     | 牛乳 豚肉 大豆  |
| 黄<br>黄                                   | 伊賀米 さとう<br>ノンエッグマヨネーズ                          | 黄<br>黄  | 伊賀米 ラード さとう<br>でんぶん ごま油                             | 伊賀米 大麦 油 ごま油<br>でんぶん さとう ごま                                   |
| 緑<br>緑                                   | だけのこ にんじん 玉ねぎ<br>きゅうり ネギ                       | 緑<br>緑  | にんじん 玉ねぎ<br>もやし きゅうり たくあん漬け                         | にんにく しょうが にんじん 玉ねぎ<br>もやし キャベツ ねぎ きゅうり                        |
| 19 キャベツのゆかり和えは、キャベツときゅうりにしそ粉と塩で味付けしています。 | 20 れんこんの穴は「先を見通す」ことから、縁起のよい食べものとされています。        | 21 キーマカレーの「キーマ」はインドの言葉でひき肉という意味だそうです。                     | 22 木の芽はさんしようの若い芽です。みそとあわせた木の芽みそを田楽にかけて食べます。         | 23 ヨーグルトの乳酸菌やビフィズス菌は、腸内環境を整えてくれます。紙スプーンは付きません。                |
| エネルギー<br>787 kcal                        | たんぱく質<br>28.1 g                                | 脂質<br>27.5 g  | エネルギー<br>706 kcal                                   | たんぱく質<br>28.3 g   |
| 赤<br>赤                                   | 牛乳 鮭 鶏肉  | 赤<br>赤  | 牛乳 豚肉 大豆  | 牛乳 豚肉 大豆 ツナ ヨーグルト   |
| 黄<br>黄                                   | 伊賀米 油 こんにゃく<br>じゃがいも さとう                       | 黄<br>黄  | 伊賀米 大麦 油<br>じゃがいも さとう                               | コッペパン 油<br>じゃがいも さとう  |
| 緑<br>緑                                   | キャベツ キュウリ しそ粉<br>干ししいたけ にんじん 玉ねぎ               | 緑<br>緑  | にんにく しょうが セロリ<br>にんじん 玉ねぎ キャベツ きゅうり                 | にんにく セロリ にんじん 玉ねぎ<br>トマト水煮 キャベツ きゅうり                          |
| 26 わかめとだけのこで「若竹汁」です。どちらも三重県産を使っています。     | 27 菜の花オイル焼きは、伊賀産の菜の花オイルとパン粉を混ぜ、さわらの上に乗せて焼きます。  | 28 砂肝煮は別名「かめ煮」とも呼ばれています。福岡県の郷土料理です。                       | 29 しゃしまは、1人2本です。頭から尾までよく噛んで食べましょう。                  | 30 シチューは、小麦粉とバター・サラダ油・牛乳を使って給食センターでルワから手づくりしています。             |
| エネルギー<br>709 kcal                        | たんぱく質<br>28.4 g                                | 脂質<br>20.2 g  | エネルギー<br>721 kcal                                   | たんぱく質<br>24.7 g   |
| 赤<br>赤                                   | 牛乳 豚肉<br>豆腐 わかめ                                | 赤<br>赤  | 牛乳 鶏卵 水煮 鶏肉   | 牛乳 ウィンナー<br>生クリーム   |
| 黄<br>黄                                   | 伊賀米 油<br>さとう ごま                                | 黄<br>黄  | 伊賀米 さとう 油<br>黒糖 ごま油 はるさめ                            | 伊賀米 大麦 油<br>さとう ごま油 ラード 乾麺                                    |
| 緑<br>緑                                   | しゃもが 玉ねぎ キュウリ にんじん<br>キャベツ だけのこ えのきだけ ねぎ       | 緑<br>緑  | にんじん ごぼう<br>きゅうり コーン にんじん 玉ねぎ                       | 玉ねぎ にんじん<br>ピーマン コーン  |
| エネルギー<br>727 kcal                        | たんぱく質<br>20.4 g                                | 脂質<br>23.9 g  | エネルギー<br>710 kcal                                   | たんぱく質<br>27.1 g   |
| 赤<br>赤                                   | 牛乳<br>鰆 鰈                                      | 赤<br>赤  | 牛乳<br>ししゃも 豚肉                                       | 牛乳<br>ワイン   |
| 黄<br>黄                                   | 伊賀米 油<br>さとう ごま                                | 黄<br>黄  | 伊賀米 さとう 油<br>黒糖 ごま油 はるさめ                            | 伊賀米 大麦 油<br>さとう ごま油 ラード 乾麺                                    |
| 緑<br>緑                                   | しゃもが 玉ねぎ キュウリ にんじん<br>キャベツ だけのこ えのきだけ ねぎ       | 緑<br>緑  | にんじん ごぼう<br>きゅうり コーン しそ粉                            | 玉ねぎ にんじん<br>ピーマン コーン  |

※マヨネーズは使用せず、鶏卵不使用のマヨネズタイプ調味料を使用します。献立表には「ノンエッグマヨネーズ」と表記します。

# いがっこ給食センター夢だより 5月

2025年5月

新学期が始まって、1か月が過ぎようとしています。新しい環境で疲れがでてくる時期です。連休が始まるので、早寝早起き規則正しい生活を心がけ、十分に睡眠をとって身体を休めましょう。そして、元気よく登校しましょう。



地場産物を使った給食

いがスマイル給食

今年度も伊賀市の補助をいただき「いがスマイル給食」を実施します。  
伊賀牛や伊賀産の野菜や果物など地元食材を給食メニューに取り入れ、地産地消を進めます。  
「いがスマイル給食」を通して、伊賀市のおいしい食材を味わってください。

いがスマイル給食が  
さらに充実!

R7年度から一人あたりの予算が増額されます。  
また月3回に回数が増えます。  
(R6年度は月2回)

## 5月の「いがスマイル給食」

5月9日(金)

「抹茶揚げパン」

5月22日(木)

「伊賀豚の和風スパゲティ」

5月26日(月)

「伊賀牛ごぼうご飯」

給食を紹介しています ~ロイロノートで毎日更新!~

出来上がった給食の写真を11時30分頃にアップします。ロイロノート→資料箱→三重県伊賀市共有→いがっこ給食センター夢(中学校)のホルダーから見てください。1人分の量や盛り付け方の参考にしてください。また食べ物や料理の紹介、調理室の動画等も随時掲載します

## 地元食材

いがさん  
<伊賀産>

伊賀米コシヒカリ  
牛肉・豚肉・鶏卵・抹茶  
ねぎ・小松菜・しいたけ・菜の花油



\*野菜・果物は生育の都合で産地が変更になる場合があります。ご了承ください。

いがっこ給食センター夢では

緊急時に備えてローリングストックしています

災害はいつどこでおこるかわかりません。また、給食センターの場合は、機械の故障やガスや電気が使えず調理できない緊急事態があります。  
災害や緊急時の際にはローリングストックをしている食材で給食を提供する場合がありますのでご了承ください。

\*ローリングストックとは、非常に備えて水や食料品を準備しておくことです。食料品を少し多めに買い置きし、使ったら買い足す方法です。

レトルトカレー(ヒートレスカレー)、米、ツナ、スペaghettiをローリングストックしています



6年間保存できます。

温めずに食べられます。

アレルギー特定原材料  
28品目が含まれません。

★保護者の方へ・・・レトルトカレー(ヒートレスカレー)は、原材料を確認いただき、食べられない場合は、学校にご連絡ください。