


2026年 神戸市小学校給食 5月給食カレンダー

 牛乳は毎回
ついてます

ピックアップ

今月のPICK UPメニュー 5/8金 かしわもち


5月5日は子供のすやかな成長と幸せを願ってお祝いをする「端午の節句」です。端午の節句に食べる「かしわもち」は、かしわの葉で、あん入りのもちをくるんだもの。かしわはブナ科の落葉樹で、新しい芽が出るまで古い葉が落ちないことから、縁起を担いで使われます。



1金 ジャムはくだものや野菜をさとうでつめたもの

キャベツとツナのソテー / カレーコロケ

パン / けい肉とコーンのトマトに

 いちごジャム

<p>4月</p> <p>みどりの日</p> 	<p>5火</p> <p>こどもの日</p> 	<p>6水</p> <p>振替休日</p> 	<p>7木</p> <p>パリパリとした歯ごたえがおいしいたくあん</p> <p>こまつなとたくあんのいためもの / あげのふくめに</p> <p>ごはん / 肉じゃが</p>	<p>8金</p> <p>春の味を楽しむきせつこんだて</p> <p> かしわもち</p> <p>若竹に / サワラの塩こうじ焼き</p> <p>ごはん / ぶたじる</p>
<p>11月</p> <p>きりぼ 切干しだいこんをカレー味で食べやすく</p> <p>切干しだいこんの / 白身魚のフライ</p> <p>カレーいため / フライ</p> <p>パン / チンゲンサイのスープ</p>	<p>12火</p> <p>ひじき入りぎょうざを油でカリッと</p> <p>こまつなの / ひじき入りちゅうかあえ / あげぎょうざ (2コ)</p> <p>(ちゅうかドレッシング)</p> <p>ごはん / マーボー豆腐</p>	<p>13水</p> <p>ピクルスはヨーロッパのつけものです</p> <p>きゅうりのピクルス / ささみカツ</p> <p>ごはん / ハッシュドビーフ</p>	<p>14木</p> <p>キャベツのあまみとカレーのスパイスさを楽しもう</p> <p>キャベツの / 和風ハンバーグ</p> <p>カレーいため / ハンバーグ</p> <p>ごはん / はるさめ春雨スープ</p>	<p>15金</p> <p>まぐろを油でつけたツナはじゃがいもによく合う</p> <p>ツナポテト / けい肉のソテー (2コ)</p> <p>パン / スープに</p>
<p>18月</p> <p>コーンのあまさがおいしいひじきとコーンのにも</p> <p>ひじきとコーンの / きゅうりとだいこんのおかかあえ</p> <p>にも / おかかあえ</p> <p>ごはん / ちくぜんに</p> <p> のりふりかけ</p>	<p>19火</p> <p>ポトフは肉と野菜をにこんだフランスのりょうり</p> <p>ブロッコリーの / アジのケチャップソース</p> <p>ガーリックいため / ソース</p> <p>パン / チキンポトフ</p>	<p>20水</p> <p>たくさんの野菜が入ったさわにわん</p> <p>キャベツの / けい肉のてり焼き (2コ)</p> <p>じゃこソテー / てり焼き</p> <p>ごはん / さわにわん</p>	<p>21木</p> <p>くきわかめの歯ごたえを楽しんで</p> <p>ベイクド / くきわかめの</p> <p>ポテト / にも</p> <p>ごはん / ぶた肉とあつあげのピリからいため</p>	<p>22金</p> <p>赤くて丸いアセロラはビタミンたっぷり</p> <p> アセロラゼリー</p> <p>ほうれんそうの / チキンハムカツ</p> <p>ソテー / ハムカツ</p> <p>パン / とうにゅう豆乳チャウダー</p>
<p>25月</p> <p>ワカサギを丸ごと食べてほねをじょうぶにしよう</p> <p>さつまいもの / ワカサギのからあげ</p> <p>うまに / からあげ</p> <p>ごはん / ぶた肉のみそ野菜いため</p>	<p>26火</p> <p>神戸市で、とれたキャベツがたっぷり入った平つくね</p> <p>ひじきと / 平つくねの</p> <p>ツナの / てり焼き</p> <p>にも / てり焼き</p> <p>ごはん / とんじゃがスープ</p>	<p>27水</p> <p>焼鳥風にを食べてしっかりと体づくり</p> <p> はちみつレモンゼリー</p> <p>かぼちゃの / 焼鳥風に</p> <p>オイル焼き / 焼鳥風に</p> <p>ごはん / みそしる</p>	<p>28木</p> <p>あまからい味でごはんがすすむやまとに</p> <p>ほうれんそうの / マスの</p> <p>おひたし / からあげ</p> <p>ごはん / やまとに</p>	<p>29金</p> <p>中学生が考えた野菜たっぷりのスープ</p> <p>カリフラワーの / ミニポークミンチカツ (2コ)</p> <p>カレーマリネ / ミンチカツ</p> <p>ごはん / こめて米粉入りパン</p> <p>やさいイタリアンマシマシスープ</p>

※献立は、事情により一部変更する場合があります。

5月の目標：好ききらいをしないで食べよう



げんき
元気のもと

あさ た にち
朝ごはんを食べて1日をスタートさせよう!



みなさんは、朝ごはんを毎日食べていますか？
わたしたちの脳や体は、ねむっている間にも動き続けており、朝起きた時にはエネルギーが不足しています。朝ごはんを食べることで、ねむっている間に下がっていた体温が上がり、脳や体にエネルギーが補給されて、1日を元気に活動するための準備がととのいます。
朝ごはんを食べる習慣がないという人は、牛乳や果物など、何か一品でも口に入れることから始めてみましょう。

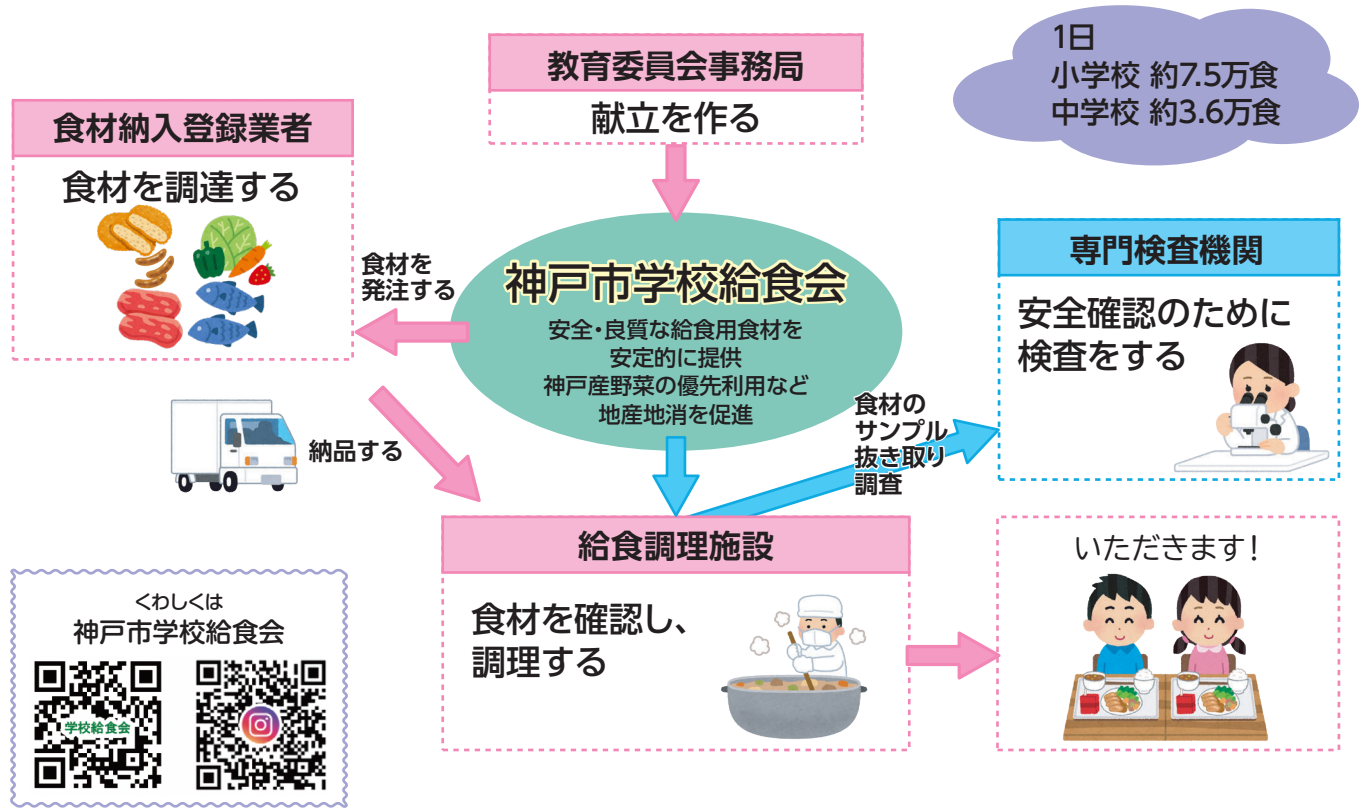
あさ めざ
朝ごはん、目覚ましスイッチをオン!



<p>あたまの頭(脳)の スイッチ</p> <p>やる気や集中力を高める</p>	<p>からだの スイッチ</p> <p>元気に活動できるようになる</p>	<p>おなかの スイッチ</p> <p>胃や腸が動き出す</p>
---	--	---

牛乳
学校給食ができるまで

給食の献立ができてから、給食用食材が給食調理施設に届くまでのしくみです。神戸市産の食材を積極的に利用し、安全で良質な食材を安定的に提供しています。



2026年 神戸市小学校給食 4月 給食カレンダー



牛乳は毎回ついてきます

<p>8 水</p> <p>始業式</p>	<p>9 木</p> <p>入学式</p>	<p>10 金</p>		
<p>13 月</p>	<p>14 火</p> <p>大人気!ぶた肉と野菜をにこんだポークカレー</p> <p>キャベツとコーンのソテー / ささみカツ</p> <p>ごはん / ポークカレー</p>	<p>15 水</p> <p>さくらのかまぼこ見つけてね 春のすましじる</p> <p>ほうれんそうのガーリックいため / ぶた肉のかわりあげ</p> <p>ごはん / すましじる</p>	<p>16 木</p> <p>せん切りにしたぶた肉と野菜が入ったさわにわん</p> <p>こまつなとたくあんのいためもの / けい肉のからあげ(2コ)</p> <p>ごはん / さわにわん</p>	<p>17 金</p> <p>パンにぴったり トマトソースのハンバーグ</p> <p>ポイル / ブロッコリー / イタリアンドレッシング / ハンバーグ</p> <p>パン / 豆乳コーンポタージュ</p>
<p>20 月</p> <p>サワラ・たけのこ・わかめ 春の味を楽しんで</p> <p>花見だんご</p> <p>キャベツとぶた肉のソテー / サワラのたつたあげ</p> <p>ごはん / 若竹じる</p>	<p>21 火</p> <p>ケチャップ味がおいしいポークチャップ</p> <p>きゅうりとだいこんのツナあえ / ポークチャップ</p> <p>パン / とうふと野菜のスープ</p>	<p>22 水</p> <p>うま味が多いごまだれを牛肉とブロッコリーにからめて</p> <p>こんぶ豆 / アカウオの塩焼き</p> <p>ごはん / 牛肉とブロッコリーのごまだれいため</p> <p>ゆかりふりかけ</p>	<p>23 木</p> <p>味がしみたホクホクじゃがいもの肉じゃが</p> <p>ひじきと油あげのもの / 平つくねのてり焼き</p> <p>ごはん / 肉じゃが</p>	<p>24 金</p> <p>ビタミンたっぷり かぼちゃを使ったコロッケ</p> <p>キャベツとツナのソテー / かぼちゃコロッケ</p> <p>パン / ウィナーポトフ</p> <p>メープルジャム</p>
<p>27 月</p> <p>白ねぎ入ったねぎだれは焼いたアジにぴったり</p> <p>ほくほく肉さつま / アジのねぎだれ</p> <p>ごはん / みそしる</p>	<p>28 火</p> <p>ベーコンと野菜のいりどり ゆたかなジュリエンスープ</p> <p>カリフラワーのカレーマリネ / ビーフミンチカツ</p> <p>パン / ジュリエンスープ</p>	<p>29 水</p> <p>昭和の日</p>	<p>30 木</p> <p>ビーフは米粉から作られた「めん」</p> <p>いちごゼリー</p> <p>きんぴらごぼう / けい肉のソテー(2コ)</p> <p>ごはん / ビーフスープ</p>	

※献立は、事情により一部変更する場合があります。

こんげつ **ピックアップ**
今月のPICK UPメニュー
 4/20(月) 『春の季節こんだて』
 ~春の食材を味わう~
 「サワラ」は、漢字で「鱈」と書くように、春が旬の魚です。
 また、春が旬の「たけのこ」と「わかめ」を使った「若竹じる」をとり入れています。
 デザートは、花見の季節に食べる白・緑・ピンクのあざやかな「花見だんご」です。

入学・進級おめでとうございます。

☆ 給食カレンダーで食器の置き方や盛り付け方を確認しましょう。

☆ 次のページの **SYOKUIKU TIMES** には、食に関する記事を載せていますので、ご覧ください。

4月の目標：給食のやくそくを守ろう



じゅんびを整えて 楽しい給食時間を



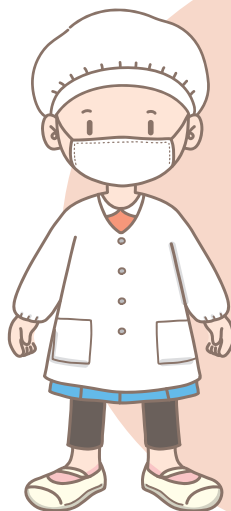
まいにち 毎日のもの持ち物

給食用ハンカチ
おはし
ランチョンマット

わすれないように持ってきましょう。

きゅうしょくとう 給食当番のふくそう

ぼうし
マスク
エプロン



きゅうしょくとう 給食当番のじゅんび

かみの毛が出ないようにぼうしをつけましょう。

マスクで鼻と口をおおきましょう。

せっけんを使って石けんを使って手をあらいましょう。

エプロンをつけて、ふくのよごれが給食に入った、ふくがよごれたりするのをふせぎましょう。

給食を食べるときは・・・

<p>よい姿勢で食べる。</p>	<p>食べやすい大きさにして、よくかんで食べる。</p>	<p>食事にふさわしい話をする。</p>	<p>食器は大切に使う。</p>
------------------	------------------------------	----------------------	------------------

保護者のみなさまへ

小学校給食の献立

学校給食の献立は、文部科学省の基準に基づき、**栄養バランスのよい献立**作りをしています。

神戸市産の野菜・BE KOBE 農産物など地場産物を使用した献立を充実し、**地産地消**を進めます。



多様な食材、成長期に必要な栄養素を含む大豆や大豆製品・海藻・小魚・野菜などを積極的に使用します。



行事献立・季節料理・郷土料理・外国の料理など、**特色ある献立**を通じて食文化を継承していきます。



適切な温度管理のもと、配膳します。アレルギーを考慮して、同じたんぱく質を含む副食が重ならないよう、献立を作成しています。

