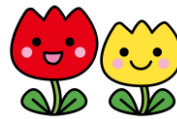




# 4月給食たより




令和8年4月9日発行  
由利本荘市立鶴舞小学校

月	火	水	木	金
<p><b>ご入学・ご進級おめでとうございます</b></p> <p>新・鶴舞小学校としての新しい学校生活が始まりました。毎日の学校生活を充実させるためには、健康であることがとても大切です。規則正しい生活や、バランスのとれた食事を心がけ、元気いっぱい楽しい学校生活を送りましょう!</p>		<p>牛乳は毎日つきます</p> <p>物資の都合により献立が変更になる場合があります。</p>	<p>9日</p> <p>米粉パン 鶏肉のハーブ焼き 野菜の塩炒め ABCスープ</p> <p>「食」という漢字は「人を良くする」と書きます。毎日の食事をしっかり食べて、心と体を大きく成長させる1年にしてください。</p>	<p>10日</p> <p>ポークカレー 福神漬 温野菜サラダ 県産りんごゼリー</p> <p>給食当番の人は、給食着をきちんと着て、マスクは鼻まで覆い、帽子からは髪が出ないようにしましょう。</p>
<p>13日</p> <p>ごはん ふりかけ きんぴら包み焼き 切り干し大根の炒め煮 じゃがいものみそ汁</p> <p>「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつは、食べ物の命や、食に関わる人への感謝の気持ちを表す言葉です。</p>	<p>14日</p> <p>入学式</p>  <p>にゅうがくおめでとう!</p>	<p>15日</p> <p>ごはん さばのみそ煮 野菜炒め 肉豆腐汁</p> <p>和食は栄養バランスが良く、うま味を活かした料理です。肉豆腐汁は、昆布とかつお節でだしを取って作っています。</p>	<p>16日</p> <p>丸パン いちごジャム 五目うどん(煮込み) ポテトソテー</p> <p>鶴舞小のうどんやラーメンは、麺を煮込んで作ります。井がないので、不足するエネルギーをミニパンで補います。</p>	<p>17日</p> <p>かみかみ豚丼 キャベツのみそ汁 豆乳大福</p> <p>毎月19日は「食育の日」です。心も身体も健康に、より良く生きる上での基本となる「食」に関する知識を学びましょう。</p>
<p>20日</p> <p>ごはん 鶏肉のごまみそ焼き 大根のきんぴら 花ふのすまし汁</p> <p>給食前の手洗いは、しっかりとできていますか?指の間や爪の先の洗い残しが多いので、気をつけて洗いましょう。</p>	<p>21日</p> <p>1年生給食開始</p> <p>ハヤシライス ブロッコリーのツナマヨソテー お祝いゼリー</p> <p>これさえ食べれば健康になるという食べ物はありません。色々な食べ物から栄養をとって、元気に過ごしましょう。</p>	<p>22日</p> <p>ごはん 焼き餃子 ホイコーロー 回鍋肉 わかめスープ</p> <p>しっかりと噛んで食べると、栄養が頭や体のすみずみまで届き、元気に活動できます。目安は、一口あたり30回です。</p>	<p>23日</p> <p>背割りコッペパン 県産ウインナー 県産チリビーンズ チンゲンサイのスープ</p> <p>切れ目が入ったコッペパンに、秋田県産豚肉を使ったウインナーやチリビーンズを、自由に挟んで食べましょう。</p>	<p>24日</p> <p>ごはん あじフライ きんぴらごぼう 小松菜のみそ汁</p> <p>給食の準備や片付けの仕方に慣れてきましたか?テキパキと準備ができれば、食べる時間に余裕ができます。</p>
<p>27日</p> <p>ごはん ゆかり 肉じゃが 若竹汁</p> <p>春が旬のわかめとたけのこを入れた「若竹汁」のように、和食には季節を楽しむ料理がたくさんあります。</p>	<p>28日</p> <p>大豆入りマーボー丼 野菜スープ</p> <p>マーボー丼の豚肉の一部を、秋田県産刻み大豆に置き換えました。不足しがちなカルシウムを摂ることができます。</p>	<p>29日</p> <p>昭和の日</p> 	<p>30日</p> <p>スープスパゲティ (麺にスープをかける) 野菜のさっぱり炒め</p> <p>スープスパゲティは、具がたっぷり入ったクリームスープを、スパゲティにかけて食べます。フォークで上手に食べましょう。</p>	<p><b>お知らせ</b></p> <p>①長期欠席等で給食を停止する場合は、担任へお知らせください。 ②今年度、小学生の給食費は無償になります。</p>

新・鶴舞小学校では、学校の給食室で調理した給食を提供します。(ごはんは北部学校給食センターで炊飯した物が届きます。)

栄養教諭・調理員合わせて7名の給食室メンバーで、安全でおいしく、学びのある学校給食を提供できるように頑張ります。1年間、よろしくお願ひします。

栄養教諭 畠山理恵  
調理員 澁谷仲子 小松るい子  
佐藤粧子 岡本弓佳  
高橋幸子 佐藤愛



給食当番の人は身支度をしっかり整え、協力して準備をしましょう。 給食を食べるときは、以下のことに気をつけましょう。

- 髪の毛が出ていませんか?
  - マスクから鼻と口が出ていませんか?
  - 給食着は清潔ですか?
  - 爪は短く切っていますか?
  - 手をきれいに洗いましたか?
  - 体調は悪くないですか?
- 