

4月の予定献立表



【給食目標】4月：給食のきまりを守り、上手に準備をしよう

ご入学・ご進級おめでとうございます！



牛乳は毎日つきます。献立は変更になる場合があります。

学校給食は、学校給食法に基づいて実施されていて、子どもたちの健康を支え、食に関する正しい理解と適切な判断力を養ううえで重要な役割があります。また、「学校給食摂取基準」（文部科学省）に基づき、学年に応じた栄養量を設定して献立を立てています。具体的には、カルシウムなどの家庭での食事で不足しがちな栄養素を可能な範囲で補う工夫をしています。

給食は、校内に併設してある矢島学校給食センターで作っています。学校給食では、さまざまな地域の料理が登場します。地場産物や旬の食材なども取り入れ、食経験が広がるように心がけています。今年度も安心・安全でおい

月	火	水	木	金
<p>予定献立表では学校給食摂取基準に基づいた、小学校中学年 3・4年生の栄養量(エネルギー)をお知らせします。</p> <p>低学年 530kcal 中学年 650kcal 高学年 780kcal</p>	<p>7日</p> <p>始業式</p> <p>給食なし</p>	<p>8日 775 Kcal</p> <ul style="list-style-type: none"> もち麦ごはん ポークカレー マカロニサラダ いちごゼリー 	<p>9日</p> <p>入学式</p> <p>給食なし</p>	<p>10日 648 Kcal</p> <ul style="list-style-type: none"> 焼きそば ワンタンスープ 原宿ドッグ(ココアパンナ)
<p>13日 600 Kcal</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん かつおフライ 切り干し大根の炒め煮 じゃがいものみそ汁 	<p>14日 605 Kcal</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん えびしゅうまい(2コ) チンジャオロース かき玉春雨スープ 	<p>15日 644 Kcal</p> <ul style="list-style-type: none"> もち麦ごはん ハヤシライス フルーツポンチ <p>1年生給食開始</p>	<p>16日 534 Kcal</p> <ul style="list-style-type: none"> わかめごはん 厚焼き玉子 おかか和え 豚汁 	<p>17日 592 Kcal</p> <ul style="list-style-type: none"> 山菜うどん 鶏肉と野菜の香り揚げ メロンゼリー <p>香り揚げの調味料には「オレンジジュース」が使われています。コクと甘みとほのかな「香り」がおいしさをUPさせています。</p>
<p>20日 670 Kcal</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん 鶏肉の塩からあげ(2コ) 元気サラダ 厚揚げのみそ汁 	<p>21日 547 Kcal</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん 鮭の塩焼き ひじきの炒め物 もやしのみそ汁 	<p>22日 638 Kcal</p> <ul style="list-style-type: none"> ココア揚げパン 鶏肉のチーズ焼き まめまめサラダ ミネストローネ 	<p>23日 596 Kcal</p> <ul style="list-style-type: none"> マーボー丼 中華コーンスープ ひとくちチーズ ジョア フルーベリー 	<p>24日 681 Kcal</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん 赤魚の竜田揚げ 春キャベツのごま和え なめこのみそ汁
<p>27日 622 Kcal</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん さばのみそ煮 玉子入り野菜炒め ゆばのすまし汁 	<p>28日 738 Kcal</p> <ul style="list-style-type: none"> たけのごごはん 金満産白身魚のからあげ ごぼうサラダ かき玉汁 	<p>29日</p> <p>昭和の日</p> <p>金満産の白身魚は、「あぶらつぎめ」を使っています。揚げてもふっくらやわらかく、くせのない味わいです。お肉のような食感に感じる人もいるかもしれませんが、とれたて新鮮な魚を漁師さんから受け取り、調理場で手作りにしています。</p>	<p>30日 617 Kcal</p> <ul style="list-style-type: none"> チキンライスのホワイトソースかけ ひじきサラダ 豆乳いちごクリーム大福 	<p>4月の給食には春の食材や地域の食材をふんだんに使用しています。</p> <p>春</p> <p>いちご・じゃがいも・たまねぎ・キャベツ・たけのご・ごぼう・かつお・さめ</p> <p>えだ豆・大豆・ねぎ・しいたけ・お米・牛乳・豚肉・卵・豆腐</p>

学校給食の7つの目標

健康な体づくり

自然の恵みに感謝する

働く人に感謝して食べる

食生活のお手本に

助け合い、協力して楽しく食べる

地域の食を知り未来に伝える

食を通して社会の仕組みを知る

盛り付け方を確認しよう！



給食当番の健康＆衛生チェック

感染症予防のため、健康や衛生チェックをして、体調が悪い時は先生に伝えて当番をかわってもらいます。

下痢はしていない



発熱、腹痛、おう吐はしていない



衛生的な服装をしている



手をきれいに洗った



給食の時間では、準備から片付けまでの活動を通して、正しい手洗いやはしの使い方などの望ましい食習慣と食に関する実践力が身に付けられるようにしています。お家でも給食についてぜひ話題にしてみてください。