

# 4月学校給食献立予定表

日	曜日	主食	飲み物	おかず	赤 血や肉をつくるもの	黄 力や体温となるもの	緑 体の調子をよくするもの	1人分 [kcal]	蛋白質 [g]	
9	火	赤飯	牛乳	若竹汁 さばのみそ煮 白菜のごま和え お祝いクレープ	ごま塩 牛乳 かつお節パック 糸かまぼこ さば カットわかめ 麦みそ	赤飯 三温糖 すりごま お祝いクレープ	にんじん たけのこ しょうが もやし はくさい こまつな	704	29.1	
10	水	ごはん	牛乳	春雨スープ 揚げ鶏のチリソースかけ 三色ナムル ナムルドレッシング	牛乳 ベーコン 木綿豆腐 鶏もも肉	<b>精白米</b> 油 カットはるさめ 片栗粉 三温糖 韓国ナムルドレッシング	にんじん 長ねぎ えのきだけ いら しょうが もやし こまつな	655	24.0	
11	木	ツイストパン	牛乳	春の味覚ランチ ウイナー イタリアンソース② フルーツのゼリー和え	牛乳 鶏むね肉 脱脂粉乳 調理用牛乳 とろけるチーズ ウイナー	ツイストパン 油 <b>じゃがいも</b> 米粉 ベシャメルソース オリーブ油 三温糖 アセロラジュレ	たまねぎ にんじん <b>キャベツ アスパラガス</b> トマト パセリ フルーツミックス	706	26.3	
12	金	ごはん	牛乳	かきたま汁 鶏肉の塩から揚げ② かみかみサラダ	牛乳 かつお節パック 木綿豆腐 卵 鶏むね肉 さきいか	<b>精白米</b> 片栗粉 油 ごま ごま油 三温糖	にんじん たまねぎ えのきだけ 糸みつば 長ねぎ しょうが <b>きゅうり</b> だいこん	630	34.9	
15	月	中華めん	牛乳	コーンみそラーメンスープ 揚げギョーザ 幼①小② 海藻サラダ 和風ドレッシング	牛乳 豚もも肉 <b>麦みそ</b> ギョーザ マリンセレクト わかめ	中華めん 油 和風ドレッシング	しょうが にんじん もやし コーン キャベツ 長ねぎ いら <b>きゅうり</b>	631	23.7	
16	火	ごはん	牛乳	けんちん汁 鮭のねぎみそ焼き 切干大根の炒め煮 いちごゼリー	牛乳 木綿豆腐 油揚げ あさり 鮭のねぎみそ焼き	<b>精白米</b> 油 こんにゃく さといも 三温糖 いちごゼリー	ごぼう にんじん だいこん 干しいたけ 長ねぎ 切干大根	620	26.8	
17	水	おにぎり・給食の日	牛乳	ほうれん草のみそ汁 鶏肉の照り焼き 小松菜のおひたし ボトルしょうゆ	牛乳 かつお節パック 油揚げ <b>玄米みそ</b> <b>麦みそ</b> 鶏もも肉	<b>精白米</b>	だいこん にんじん ほうれん草 しょうが もやし こまつな	599	28.9	
18	木	ココア揚げパン	牛乳	春キャベツのクリームスープ ハンバーグデミグラスソース アセロラミルクゼリー	牛乳 ベーコン あさり 調理用牛乳 脱脂粉乳 生クリーム ハンバーグ	コッパン 油 上白糖 米粉 オリーブ油 ベシャメルソース 三温糖 アセロラミルクゼリー	たまねぎ にんじん コーン キャベツ セロリ	733	28.2	
19	金	ごはん	牛乳	チキンカレー 星のオムレツ グリーンサラダ イタリアンドレッシング	牛乳 鶏むね肉 脱脂粉乳 するりん花豆 星型プレーンオムレツ	<b>精白米</b> 油 <b>じゃがいも</b> 米粉 イタリアンドレッシング	しょうが たまねぎ にんじん チャツネ ほうれん草 <b>キャベツ</b> <b>きゅうり</b>	661	24.2	
22	月	地粉うどん	牛乳	山菜うどんの汁 笹かまぼこの石垣揚げ ひじきサラダ 玉ねぎドレッシング	牛乳 かつお節パック 豚もも肉 なると 油揚げ 笹かまぼこ ほしひじき ツナ	地粉うどん 黒ごま 薄力粉 片栗粉 油 玉ねぎドレッシング	にんじん たけのこ 山菜ミックス ほんしめじ まいたけ <b>キャベツ</b>	586	27.7	
23	火	ごはん	牛乳	大根のみそ汁 ソースカツ丼 ほうれん草のおひたし ボトルしょうゆ ヨーグルト	牛乳 かつお節パック 生揚げ <b>玄米みそ</b> 麦みそ 鶏むね肉 ヨーグルト	<b>精白米</b> 薄力粉 パン粉 油 三温糖	にんじん だいこん 長ねぎ こまつな もやし ほうれん草	673	31.9	
24	水	ごはん	ジョア マス カット	いなか汁 揚げさばのおろしかけ たけのこのおかか煮	ジョア マスカット かつお節パック 豚もも肉 生揚げ <b>玄米みそ</b> さば 鶏むね肉 かつお節	<b>精白米</b> さといも こんにゃく 片栗粉 油 三温糖	ごぼう にんじん だいこん 長ねぎ たけのこ いんげん	595	27.1	
25	木	デニッシュペストリー	牛乳	スパゲッティナポリタン ローストチキン フルーツのヨーグルト和え	牛乳 ベーコン パルメザンチーズ 鶏もも肉 ヨーグルト	デニッシュペストリー スパゲッティ 油	たまねぎ にんじん ピーマン しょうが セロリ フルーツミックス	732	28.4	
26	金	カレーピラフ	牛乳	ドリアソース トマトオムレツ コールスローサラダ フレンチドレッシング	牛乳 ベーコン 調理用牛乳 するりん花豆 とろけるチーズ トマトオムレツ	<b>精白米</b> バター ベシャメルソース 米粉 油 フレンチドレッシング	たまねぎ コーン にんじん パセリ <b>キャベツ</b>	681	21.0	
30	火	ごはん	牛乳	じゃがいものみそ汁 メンチカツ 五目煮豆	牛乳 かつお節パック 油揚げ <b>麦みそ</b> <b>玄米みそ</b> わかめ メンチカツ 鶏もも肉 ゆで大豆 焼き竹輪	<b>精白米</b> <b>じゃがいも</b> 油 三温糖	にんじん たまねぎ ごぼう	674	26.5	
給食回数 14回 <b>*太字の食材は、神川町の地場産食材です。</b>								4月の平均摂取量	658	27.3
材料入荷による多少の変更はご了承ください。								小学生(9~10歳)の摂取基準値	650	21~32.5



保護者の方へ

## 給食センターからのお願い

☆入院などの理由で休みが長引きそうな場合は、担任の先生に連絡し給食の停止をお願いします。



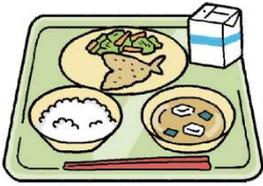
☆はしセットは毎日洗い、清潔なものを忘れずに持ってきてください。破損、紛失した場合は、学校で購入できますのでお申し出ください。



はし 一膳： 130円  
スプーン： 70円

はし箱： 180円  
1セット： 380円





# 4月 給食 だよ



## ご入学・ご進級おめでとうございます

本年度も学校給食が始まります。学校給食は学校教育の一環として、子どもたちが栄養バランスのとれた適切な食事を先生や友だちと一緒にとりながら、食事の大切さ、心身の健康、食品を選ぶ力、感謝の心、社会性、そして食文化などを学ぶ食育の授業時間となります。神川町学校給食センターでは、地域でとれる新鮮な食材を取り入れ、安全面や衛生面に配慮しながら、心を込めておいしい給食作りに努めてまいります。今年度も1年間よろしくお願いいたします。

## 大切な給食当番の仕事

つめの長さや身だしなみに気をつけよう。清潔なハンカチを毎日用意しよう。



トイレを済ませて、せっけんを使って手をしっかり洗ってから白衣に着替えよう。



マスクは鼻と口をしっかりと覆うようにつけましょう。



盛りつけ方や1人分の量を確認しておきましょう。



汁ものは底をよくかきまぜながら盛りつけて、残しがないようにしましょう。



当番同士でおしゃべりをせず、てきぱき盛りつけましょう。



## 保護者の方へ

☆食物アレルギー等で、食事に制限があり、ご心配・ご不明な点がありましたら担任の先生、栄養士までご相談ください。（アレルギー対応給食の提供は行っておりませんが、給食に使用する食材について、アレルゲンの情報提供を行っておりますので、ご希望の方はお申し出ください。）

☆安全面・衛生面を考え、給食の持ち帰りは一切禁止としておりますので、ご理解をお願いします。

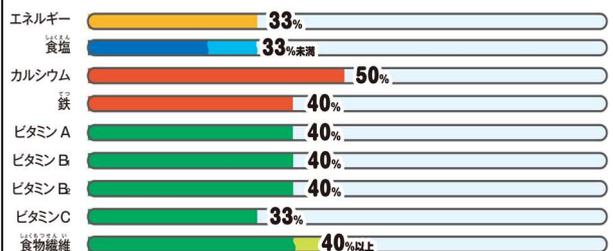
☆神川町学校給食センターは、調理員16名（委託調理）で980食の給食を作っています。

☆お米は児玉郡市産のキヌヒカリ、旬の野菜など使用できる食材について、できる限り地場産物を取り入れております。

## 学校給食に関するお知らせ

### 学校給食の栄養

1日の食事摂取基準<sup>1)</sup>などに対する学校給食の割合



学校給食の食事内容は、「児童又は生徒一人一当たりの学校給食摂取基準」が定められています。成長期に必要な栄養素と家庭で不足しがちな栄養素がとれるように考慮しながら、栄養バランスのよい給食をつくっています。