

4月の予定献立表

※食物アレルギーのある児童・生徒は、給食を食べる前に裏面の「詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。家庭・学級においても毎日確認してください。



食品群	体内ではたらく
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子をととのえる

学校給食の栄養基準量		E=エネルギー	P=タンパク質	F=脂質
	小学校	650	21.1~32.5	14.4~21.7
	中学校	830	27.0~41.5	18.4~27.7

**ご入学・ご進級
おめでとうございます**

色とりどりの花が咲き誇るなか、いよいよ新年度がスタートしました。今年度も成長期のみなさんの心と体の健康を支えるため、安全、安心に留意し、心をこめておいしい給食づくりに努めてまいります。
食物アレルギーをもつ児童生徒は、裏面の詳細献立表で献立内容を確認し、給食を食べるようにしましょう。

学校給食の7つの目標

①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。

②日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。

③学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。

④食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。

⑤食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。

⑥我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。

⑦食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。

《4月の給食予定》

8日(水)中学校給食開始(1年以外)
9日(木)小学校給食開始(1年以外)
10日(金)中学校1年給食開始
15日(水)小学校1年給食開始
17日(金)仲井真小4年、6年(校外学習)
21日(火)仲井真小5年(校外学習)
30日(木)仲井真小1年(校外学習)

<p>8(水)</p> <p>アスパラサラダ デコボン おぎごはん ビーフストロガノフ</p> <p>E 759 P 26.7 F 18.3</p>	<p>9(木)</p> <p>おいしいちごゼリー せんぎりイチー くろまいごはん なかみじる</p> <p>E 702 P 25.9 F 20.7</p>	<p>10(金)</p> <p>おいしいちごゼリー(中学1年のみ) なのはなのあえもの アーサピラフ キャベツいりひらつくね</p> <p>E 711 P 23.3 F 24.4</p>
--	---	---

<p>13(月)</p> <p>オレンジ きんぴらごぼう おぎごはん さかなじる</p> <p>E 587 P 25.6 F 15.7 E 696 P 29.6 F 17.3</p>	<p>14(火)</p> <p>コールスロー ハンバーグソースかけ バーガーパン キャロットスープ</p> <p>E 614 P 23.8 F 21.5 E 729 P 30.1 F 24.9</p>	<p>15(水)</p> <p>おいしいちごゼリー(小学1年) りんご(小学1年以外) コーンサラダ おぎごはん チキンカレー</p> <p>E 723 P 22.2 F 21.8 E 809 P 25.6 F 23.5</p>	<p>16(木)</p> <p>からしなのツナあえ クファージュシー さばのしおやき</p> <p>E 682 P 26.0 F 32.1 E 786 P 30.0 F 36.4</p>	<p>17(金)</p> <p>カルフィッシュ チンジャオロース きびごはん わかめスープ</p> <p>E 537 P 22.6 F 14.2 E 634 P 25.6 F 15.1</p>
---	--	--	---	--

<p>20(月)</p> <p>バンサンスー はるまき おぎごはん まーぼーどうふ</p> <p>E 764 P 25.2 F 30.5 E 934 P 29.5 F 36.2</p>	<p>21(火)</p> <p>きゅうりのすのもの ひじきしゅうまい きびごはん にくじゃが</p> <p>E 600 P 23.3 F 14.0 E 705 P 26.6 F 15.1</p>	<p>22(水)</p> <p>アスパラソテー ミートボール こくとうパン とうにゅうチャウダー</p> <p>E 585 P 22.3 F 22.7 E 722 P 26.4 F 26.7</p>	<p>23(木)</p> <p>にしよくごはん(やさい) にしよくごはん(とりそぼろ) おぎごはん さかなそうめんじる</p> <p>E 569 P 23.5 F 15.3 E 680 P 27.6 F 16.8</p>	<p>24(金)</p> <p>ヌンクグワー さんまのかんろに きびごはん アーサイりゆしどうふ</p> <p>E 686 P 27.9 F 24.6 E 811 P 32.5 F 28.3</p>
--	---	---	--	---

<p>27(月)</p> <p>えだまめのサラダ やきうどん やさいコロッケ</p> <p>E 710 P 24.3 F 29.8 E 797 P 27.3 F 33.0</p>	<p>28(火)</p> <p>カリフラワーサラダ あじナゲット コッペパン クリームシチュー</p> <p>E 615 P 27.3 F 21.1 E 698 P 30.4 F 23.1</p>	<p>29(水)</p> <p style="font-size: 2em;">昭和の日</p>	<p>30(木)</p> <p>ニューサマー ぶたしょうがいため わかめおぎごはん もずくのみそしる</p> <p>E 617 P 19.8 F 22.0 E 733 P 22.5 F 24.9</p>
---	--	---	---

早ね・早おき・朝ごはん

朝ごはんは1日の元気の源です。朝ごはんを食べると、午前中に活動するための準備がととのいます。毎日朝ごはんを欠かさずに食べましょう。

※材料・天候によって献立を変更することがあります。