

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	体内ではたらき
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
中学校	830	27.0~41.5	18.4~27.7

こ入学・こ進級おめでとうございませう！



美しい花が咲きみだれる校庭、あふれる光の中で子どもたちの笑顔がはじけています。かわいい1年生を迎え、在校生は新たな学年に進級します。どの子も期待とやる気に満ちていることでしょう。

さて、4月の栄養指導目標は、「**しくひんのなまえやはたらきをしよう**」です。学校給食には、いろいろな食品が使用されますので、詳細献立表で食品の名前を確認しながら好き嫌いをせず何でも食べるようにしましょう。ご家庭では、「早寝・早起き・朝ごはん」を心がけ、子ども達が元気に学校生活を過ごせるよう、朝ごはんはしっかり食べて登校しましょう。

《4月の給食予定》

- 8日(月) 中学校給食開始(1年以外)
- 9日(火) 小学校2年生~6年生給食開始
- 10日(水) 中学校1年生給食開始
- 19日(金) 壺屋小、真和志中遠足のため給食なし
- 22日(月) 真地小・仲井真小・与儀小・壺屋小1年生給食開始
- 24日(水) 大道小1年給食開始
- 26日(金) 大道小 遠足のため給食なし



こ ん だ て	8(月)	おいわいイチゴゼリー 牛乳 ふイリチー ちらしずし なかみじる	9(火)	おいわいイチゴゼリー(小学校) 牛乳 アスパラサラダ むぎごはん ビーフストロガノフ	10(水)	お祝いイチゴゼリー(中学1年) 牛乳 キャベツのごまあえ クワアジューシー うむくじてんぷら	11(木)	かいそうサラダ 牛乳 ナポリタン レンコンいりひらつくね	12(金)	オレンジ 牛乳 きんぴらごぼう ごはん さかなじる
	小学校 中学校	E 759 P 29.0 F 24.3	E 744 P 27.3 F 19.9	E 852 P 22.8 F 31.7	E 686 P 30.5 F 26.5	E 668 P 29.0 F 16.4				
こ ん だ て	15(月)	牛乳 コールスロー むぎごはん チキンカレー	16(火)	牛乳 もずくどん(ぐ) もずくどん(むぎごはん) ゆしどうふ	17(水)	牛乳 だいこんのシークワサーあえ たけのこごはん にくだんご	18(木)	牛乳 コーンサラダ ささみカツ マッシュルームスープ バーガーパン	19(金) 食育の日	牛乳 パイパイリチーいわしのみそに むぎごはん シカムドウチ
	小学校 中学校	E 629 P 21.9 F 19.4 E 754 P 25.2 F 21.7	E 554 P 21.9 F 16.2 E 661 P 25.0 F 17.9	E 576 P 22.9 F 18.8 E 664 P 26.4 F 21.0	E 637 P 26.6 F 24.8 E 763 P 32.2 F 29.4	E 606 P 26.0 F 19.3 E 725 P 30.4 F 21.8				
こ ん だ て	22(月)	おいわいイチゴゼリー(小学校1年) 牛乳 きゅうりのナムル むぎごはん まーぼーとうふ	23(火)	牛乳 ひじきのあえもの やきうどん まぐろやわらかカツ	24(水)	おいわいイチゴゼリー(大道小1年) 牛乳 デクニーイリチー ゆかりむぎごはん 魚そうめんじる	25(木)	牛乳 カレーおから ごはん かぼちゃとあつあげのみそしる	26(金)	牛乳 アスパラソテー こくとうパン とうにゅうチャウダー
	小学校 中学校	E 635 P 23.5 F 20.6 E 716 P 27.2 F 22.2	E 673 P 28.0 F 27.9 E 779 P 32.6 F 32.0	E 606 P 20.9 F 18.7 E 712 P 24.0 F 20.6	E 553 P 18.7 F 18.4 E 658 P 21.5 F 20.5	E 544 P 20.3 F 22.8 E 681 P 24.3 F 26.7				
こ ん だ て	29(月) 昭和の日	学校給食の7つの目標		学校給食の7つの目標		学校給食の7つの目標		学校給食の7つの目標		
	小学校 中学校	E 741 P 26.1 F 25.1 E 874 P 31.0 F 28.8	<p>①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。</p> <p>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。</p> <p>③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。</p> <p>④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。</p> <p>⑤食料の生産、流通及び消費について、正しい理解を導くこと。</p> <p>⑥食生活が自然の恵み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。</p>		<p>⑦食料の生産、流通及び消費について、正しい理解を導くこと。</p>		<p>⑧食生活が自然の恵み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。</p>			
<p>給食当番の身支度チェック</p> <p>①髪の毛は全部帽子に入れましょう</p> <p>②マスクはきちんとつけましょう</p> <p>③つめは短く切っておきましょう</p> <p>④手は石けんできれいに洗いましょう</p> <p>⑤清潔な白衣を身につけましょう</p>										

※材料・天候によって献立を変更することがあります。