

4月献立予定表

日 曜日	献立名	主 な 材 料						エネルギー (Kcal)	食塩 (グラム)
		主に血や筋肉、骨になる		主に体の調子を整える		主にエネルギー源になる			
		1群 たんぱく質	2群 無機質	3群 カロテン	4群 ビタミンC、他	5群 炭水化物	6群 脂質		
毎日	牛乳		牛乳						
8月	麦ごはん 豚肉のピリ辛炒め のり塩揚げじゃが みそ汁			豚肉	にら にんじん	にんにく しょうが	ごぼろ	ごぼろ	ごぼろ
9月	ごはん 回鍋肉 中華かき玉コンスープ			豚肉 生揚げ	にんじん ピーマン	たまねぎ しょうが キャベツ	じゃがいも 砂糖	油	油
入 学 お 祝 い 献 立									
10月	ごはん カレー チキンサラダ(香味塩ドレッシング) 入学祝いデザート			豚肉	にんじん	たまねぎ にんにく しょうが りんご	じゃがいも	油	油
11月	チリドック(コッペパン) (ソーセージ) (チリコンカン) オニオンスープ			ソーセージ 豚肉 *大豆ミート いんげん豆		にんにく たまねぎ		油	
12月	ごはん あじの竜田揚げ ひじきの煮物 スナッペンどうのみそ汁			あじ		しょうが	ごぼろ	ごぼろ	ごぼろ
16日	山菜うどん(ソフトめん) (山菜汁) いかの天ぷら のり酢あえ			鶏肉 油揚げ	にんじん	*山菜水煮 しいたけ 長ねぎ	小麦粉	油	油
17日	麦ごはん 豚キムチ炒め わかめスープ			豚肉 生揚げ	にら	しょうが 白菜キムチ たまねぎ	ごぼろ	ごぼろ	ごぼろ
18日	ごはん 鯖のみそ煮 ごぼうサラダ(ごまドレッシング) すまし汁			さば みそ		しょうが 長ねぎ	ごぼろ	ごぼろ	ごぼろ
19日	ごはん 揚げ餃子 パンサンデー チンゲンサイのスープ			ハム		きゅうり	春雨 砂糖	ごま	ごま
22日	ごはん 鶏のから揚げ ザクザクキャベツ 豚汁			鶏肉		にんにく しょうが	ごぼろ	ごぼろ	ごぼろ
23日	あんかけ焼きそば(中華めん) (五目野菜あん) バンバンジー 蒸しパン			豚肉 さつま揚げ	チンゲンサイ にんじん	キャベツ たまねぎ しょうが	中華めん	油	油
24日	ごはん 鮭のチーズマヨネーズ焼き 春野菜のうま煮 湯葉のすまし汁			鮭	チーズ		ごぼろ	ごぼろ	ごぼろ
25日	きなこ揚げパン ハムのマリネ 肉だんごのスープ			きなこ		たまねぎ レモン	ごぼろ	ごぼろ	ごぼろ
26日	麦ごはん ハッシュドポーク じゃこ入りサラダ			豚肉	にんじん トマト	たまねぎ マッシュルーム にんにく しょうが	ごぼろ	ごぼろ	ごぼろ
30日	ごはん ぶりかけ 肉じゃが にら玉みそ汁			豚肉 高野豆腐	にんじん	たまねぎ むき枝豆	ごぼろ	ごぼろ	ごぼろ

* 天候等により、使用する食材が変更することがあります。
 ** *表示がある食品は、使用されている主な材料から分類し、表記しています。
 ◎ 不明な点は学校へお問い合わせください。

栄 養 素	基 準 量	4月の平均
エネルギー (kcal)	830	826
しよくえん (g)	2.5	2.6

ご入学・ご進級おめでとうございます

今年度も、安全でおいしい給食づくりを目標に
みなさんの健やかな成長を願っています。よろしくお祈りします。

○ 学校給食の目標・・・学校給食は学校教育の一環です。

- ① 適切な栄養の摂取による健康の保持増進
- ② 日常生活における食事について、正しい理解と望ましい食習慣を養う
- ③ 社交性、協同の精神を養う
- ④ 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
- ⑤ 食に関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と勤労を重んずる態度を養う
- ⑥ 優れた伝統的な食文化についての理解を深める
- ⑦ 食料の生産、流通・消費について正しい理解に導くこと