

# 4月学校給食献立予定表

小学校版

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]	
11	月	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 かつお節バック 糸かまぼこ わかめ さば <b>みそ</b>	アルファ化赤飯 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 <b>こまつな</b>	707	28.8	
12	火	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 (ドレッシング)	牛乳 ベーコン 木綿豆腐 鶏肉	<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 <b>長ねぎ</b> えのきだけ いら しょうが もやし <b>こまつな</b>	658	23.6	
13	水	ごはん	牛乳	野菜椀 鮭のレモン風味焼き 五目煮豆	牛乳 かつお節バック 油揚げ みそ さけ 鶏肉 大豆 竹輪	<b>精白米</b> こんにやく 三温糖 片栗粉 油	ごぼう にんじん だいこん 長ねぎ レモン	612	31.4	
14	木	ツイスト パン	牛乳	ABCスープ 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 ベーコン ウイナー	ツイストパン 油 じゃがいも マカロニ オリーブ油 三温糖 国産ぶどうゼリー 国産りんごゼリー	<b>たまねぎ</b> にんじん <b>キャベツ</b> ほうれん草 トマト パセリ みかん もも バイン	625	20.6	
15	金	ごはん	牛乳	けんちん汁 鶏肉のごまみそ焼き 小松菜のおひたし (しょうゆ)	牛乳 木綿豆腐 鶏肉 <b>みそ</b>	<b>精白米</b> 油 こんにやく 三温糖 すりごま	ごぼう にんじん <b>だいこん</b> 干しいたけ 長ねぎ もやし こまつな	614	26.7	
18	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② 海藻サラダ (ドレッシング)	牛乳 豚肉 みそ ギョーザ 海藻ミックス 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 長ねぎ いら キャベツ <b>きゅうり</b>	657	23.1	
19	火	ごはん	牛乳	ほうれん草のみそ汁 鶏肉の塩から揚げ② かみかみサラダ	牛乳 かつお節バック あさり 油揚げ <b>みそ</b> 鶏肉 さきいか	<b>精白米</b> 片栗粉 油 ごま ごま油 三温糖	<b>だいこん</b> にんじん ほうれん草 しょうが <b>きゅうり</b>	621	34.2	
20	水	おにぎり・ 給食の日	牛乳	かきたま汁 白身魚のスタミナ焼き 切干大根の炒め煮	牛乳 かつお節バック 木綿豆腐 <b>卵</b> ホキスタミナ漬 あさり 油揚げ	<b>精白米</b> 片栗粉 油 三温糖	にんじん たまねぎ えのきだけ 糸みつば 切干大根	603	28.2	
21	木	ココア 揚げパン	牛乳	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 ヨーグルト	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 ヨーグルト	コッペパン 油 上白糖 米粉 オリーブ油 三温糖	<b>たまねぎ</b> にんじん コーン <b>キャベツ</b> セロリー	748	30.6	
22	金	ごはん	ジョア フ レ ン	チキンカレー 星のオムレツ グリーンサラダ (ドレッシング)	ジョア プレーン 鶏肉 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 じゃがいも 米粉 香味塩ドレッシング	しょうが たまねぎ にんじん チャツネ キャベツ ほうれん草 <b>きゅうり</b>	637	22.9	
25	月	地粉 うどん	牛乳	山菜うどんの汁 笹かまぼこの磯辺揚げ ひじきサラダ (ドレッシング)	牛乳 かつお節バック 豚肉 なんと 油揚げ 笹かまぼこ あおのり ほしひじき ツナ	地粉うどん 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>	608	27.5	
26	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 (しょうゆ)	牛乳 かつお節バック 生揚げ あさり <b>みそ</b> 鶏肉	<b>精白米</b> 薄力粉 パン粉 油 三温糖	にんじん <b>だいこん</b> こまつな もやし ほうれん草	626	30.6	
27	水	ごはん	牛乳	いなか汁 さばの西京揚げ たけのこのおかか煮	牛乳 かつお節バック 豚肉 生揚げ <b>みそ</b> さば西京漬 鶏肉 かつお節	<b>精白米</b> 片栗粉 油 こんにやく 三温糖	ごぼう にんじん だいこん 長ねぎ たけのこ	677	29.0	
28	木	デニッシュ ペストリー	牛乳	スパゲッティミートソース ローストチキン コーンサラダ (ドレッシング)	牛乳 豚ひき肉 鶏肉	デニッシュペストリー 油 薄力粉 スパゲッティ 和風ドレッシング	<b>たまねぎ</b> にんじん マッシュルーム しょうが セロリ コーン キャベツ	718	29.9	
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	651	27.7
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	27.0



保護者の方へ

## 給食センターからのお願い

☆入院などで休みが長引きそうな場合は、  
担任の先生に連絡し給食を停止してください。



☆はしセットは毎日洗い、清潔なものを忘れず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





# 給食だより



## ご入学・ご進級おめでとうございます

春の暖かな陽気に包まれる中、新年度を迎えました。新入生の皆さんは、これから始まる学校生活に期待と不安でいっぱいのことと思います。今年度も引き続き、感染予防対策を取りながらの給食時間となります。皆さんが安心して給食を食べられるよう、給食センターでは衛生管理を徹底し、心を込めておいしい給食作りに努めていきます。今年度も1年間よろしくお祈いします。

今月の給食目標は「給食の準備をきちんとしよう!」です。

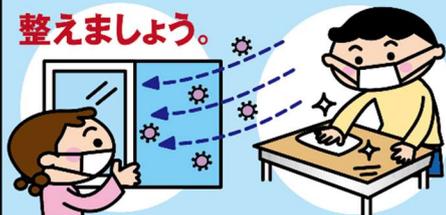
みんなが気持ちよく給食を食べられるように、協力して準備やかたづけをしてください!  
また、ルールやマナーを守って楽しい給食時間にしましょう!

新しい生活様式を踏まえた

## 給食時間の約束



教室内の換気、机の上の片付けなど、食事の環境を整えましょう。



給食の前後に、せっけんできれいに手を洗いましょう。



給食当番は必ず健康チェックをし、きちんと身じたくを整えましょう。



マスクは、「いただきます」のあいさつの後に外し、マスク入れなどにしまいましょう。



姿勢よく、前を向いて静かに食べましょう。



食べているときは、しゃべったり立ち歩いたりしないようにしましょう。



☆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はしております。)

☆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1080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。



## 給食の栄養

学校給食の食事内容は、「児童又は生徒一人一回当たりの学校給食摂取基準」が定められています。また、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ので残さず食べましょう。