



4月のこんだてだより



H23 設楽町立学校給食田口共同調理場

日/曜	こんだて名		赤 血や肉、骨になる	黄 熱や力のもとになる	緑 体の調子をととのえる	一言メモ	エネルギー量 kcal 小学校 中学校
7日(木)	オムライス	牛乳	わかめスープ 牛肉コロッケ キャベツ オレンジ	牛乳 鶏肉 わかめ 牛肉	米 バター さとう 油 パン粉 小麦粉 ごま	にんじん キャベツ コーン グリンピース みつ葉 玉ねぎ オレンジ	669 ---
8日(金)	ミートボール カレー	牛乳	貧血予防献立の日 わかさぎの唐揚げ 大根サラダ 桃のカップゼリー	牛乳 ミートボール わかさぎ	米 麦 油 小麦粉 ドレッシング	にんじん にんにく グリンピース 大根 コーン ブロッコリー 玉ねぎ きゅうり	691 857
11日(月)	ごはん	牛乳	玉子スープ ホキのレモンソースがけ ブロッコリー 手作りぎょうざピザ	牛乳 ウインナー 卵 チーズ ホキ	米 でん粉 さとう 油	ほうれん草 玉ねぎ ピーマン レモン ブロッコリー	628 ---
12日(火)	ごはん	牛乳	もずく汁 サーモンフライ キャベツ 小松菜の卵とじ	牛乳 みそ もずく 豚肉 鮭 煮干し ベーコン 卵	米 小麦粉 パン粉 油	にんじん キャベツ 小松菜 干しいたけ もやし しめじ ねぎ 玉ねぎ	713 849
13日(水)	小型ロール	牛乳	チンゲンサイの豆乳スープ れん根ハンバーグのおろしがけ ブロッコリー ひじきサラダ	牛乳 牛肉 豆乳 豚肉 ひじき ベーコン	パン マヨネーズ じゃが芋 寒天 こんにゃく 油	チンゲンサイ コーン ブロッコリー 大根 きゅうり にんじん もやし れん根	623 826
15日(金)	菜の花ごはん	牛乳	すまし汁 ししゃものマリネ 炒り豆腐	牛乳 豚肉 とうふ しらす干し 煮干し かまぼこ ししゃも 卵	米 小麦粉 パン粉 はるさめ さとう 油	ほうれん草 にんじん なばな 大根 パセリ 玉ねぎ 干しいたけ グリンピース えのきだけ	683 841
16日(土)	ごはん	牛乳	カレースープ エッグフライ キャベツ ヨーグルトバナナ	牛乳 豚肉 卵 ヨーグルト	米 小麦粉 パン粉 油 じゃが芋 さとう	にんじん いんげん ブロッコリー バナナ パイン みかん 桃 りんご キャベツ	821 ---
18日(月)	オムライス	牛乳	わかめスープ 牛肉コロッケ キャベツ オレンジ	牛乳 鶏肉 わかめ 牛肉	米 バター さとう 油 パン粉 小麦粉 ごま	にんじん キャベツ コーン グリンピース みつ葉 玉ねぎ オレンジ	---
19日(火)	発芽玄米 ごはん	牛乳	小松菜のみそ汁 さわらの西京焼き じゃが芋のそぼろ煮	牛乳 とうふ みそ 油揚げ 煮干し さわら 牛肉	米 発芽玄米 ごま 酒 じゃが芋 さとう	小松菜 えのきだけ きぬさや 玉ねぎ	634 901
20日(水)	ミルクロール	牛乳	ビーフシチュー 枝豆コロッケ キャベツ 杏仁豆腐	牛乳 牛肉	パン じゃが芋 油 小麦粉 パン粉 さとう	玉ねぎ グリンピース にんじん キャベツ 枝豆 みかん	777 974
21日(木)	ほうれん草 ピラフ	牛乳	きのこスープ ロールキャベツのクリーム煮 ポテトサラダ	牛乳 豚肉 ハム ベーコン	米 マヨネーズ じゃが芋 バター	ほうれん草 にんじん えのきだけ キャベツ しめじ なめこ 大根 きゅうり まいたけ パセリ	671 853
22日(金)	麦ごはん	牛乳	若竹汁 みそ煮 はるさめのごま酢和え	牛乳 わかめ 豚肉 生揚げ ハム みそ 油揚げ うずら卵	米 麦 里芋 ごま こんにゃく さとう 酒 はるさめ	たけのこ きゅうり にんじん ねぎ 大根	641 796
25日(月)	わかめごはん	牛乳	そうめん汁 ミンチかつ キャベツ うの花煮 オレンジ	牛乳 わかめ 牛肉 豚肉 油揚げ 鶏肉 煮干し おから	米 こんにゃく 油 そうめん さとう	ねぎ 干しいたけ キャベツ にんじん 玉ねぎ オレンジ	613 822
26日(火)	クッパ	牛乳	炒りどり もやしのナムル	牛乳 わかめ 豚肉 鶏肉	米 ごま油 さとう 油 じゃが芋 ごま こんにゃく	にんじん たけのこ しょうが いんげん みつ葉 ほうれん草 もやし 切り干し大根 ごぼう	632 829
27日(水)	クロワッサン	牛乳	ポトフ 目玉焼き ブロッコリー 千種和え	牛乳 ベーコン 卵 鶏肉 油揚げ	パン じゃが芋 さとう ごま油	にんじん キャベツ 大根 ブロッコリー もやし	673 856
28日(木)	ごはん	牛乳	バット蒸し 愛知の豚肉しゅうまい もやし ブロッコリーのわさびマヨ ネーズ和え	牛乳 豚肉 鶏肉 卵 かまぼこ	米 さとう 酒 マヨネーズ	ほうれん草 もやし わさび ブロッコリー 干しいたけ	646 836

入学、ご進級
おめでとうございます。

学校給食の目標

健康な体をつくろう
成長期に適切な栄養をとり、健康の維持増進を図る。

食事の重要性を知ろう
食事の大切さ、楽しさ、そして食べることの喜びを知る。

望ましい食習慣を身に付けよう
望ましい食事のとり方を、給食を食した手本にしながら学ぶ。

食品を選択する力を付けよう
食べ物に適切な関心を持ち、正しい知識や情報から、必要性や安全性の判断する。

感謝の心を持つよう
自然の恵みである食物を大切に、食物の生産・流通にかかわる人の仕事に感謝する。

社会性を養おう
食事のマナーや明るい社交性を身に付け、他人を気づかい、学校生活を豊かにする。

食文化に関心を持つよう
地域の産物、食にかかわる日本や世界の伝統や歴史に関心を持ち、尊重できる。

これらの目標をめざし、給食には栄養所要量(1回の給食に必要な栄養量)や食品構成(どんな食品をどれだけ食べるか)が定められ、献立の構成は「主食+主菜+副菜+牛乳+(デザート)」を基本に年間約190回実施されます。

今年も「貧血予防給食」「愛知を食べる給食」「セレクト給食」「リクエスト給食」などを実施する予定です。食材については地産地消に心がけ、安全で新鮮な食材を購入していきます。また、郷土料理を積極的に取り入れ、学校給食と家庭の献立を近づけていきたいと考えています。伸び盛りの子どもの体や心を育み、心の糧にもなるよう、年間を通して楽しい給食を心がけていきます。ご協力よろしくお願いいたします。

献立は変更する場合があります。

小学校 14日(木)、18日(月)は給食なし。 16日(土)は給食が**あります**。
中学校 7日(木)、11日(月)、14日(木)、16日(土)は給食なし。

『毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日」です』