

4月の学校給食献立表

(北野上・中野上・南野上小学校・東海南中学校)

R4年度

海南省教育委員会

日	曜日	献立名	熱量 カロリー (小)	熱量 カロリー (中)	食品名			備考	
					赤色の食品 血液や筋肉 骨格となるもの	黄色の食品 エネルギー源となる もの	緑色の食品 からだの調子をととのえるもの		
12	火	パン マカロニ入りミネストローネ コールスローサラダ 牛乳	687	803	ぎゅうにゅう ウイナー ささみ	パン マカロニ オリーブオイル	たまねぎ きゃべつ にんじん マッシュルーム エリンギ とまと コーン		
13	水	ごはん 豚じゃが おかかあえ 牛乳	617	734	ぎゅうにゅう ふたにく ひらてん かつおぶし	ごはん じゃがいも	たまねぎ にんじん きゃべつ ほうれんそう いとこんにやく いんげん		
14	木	パン メンチカツ ポイルキャベツ 切り干し大根のスープ 牛乳	715	839	ぎゅうにゅう ウイナー メンチカツ	パン こめあぶら	キャベツ きりぼしだいこん たまねぎ にんじん もやし ピーマン		
15	金	カレーライス 福神漬け フルーツ寒天 牛乳	697	838	ぎゅうにゅう ふたにく	ごはん じゃがいも こめあぶら カレールウ	たまねぎ にんじん グリンピース ふくじんづけ もも みかん パイン かんてん	小1年 給食 スタート	
18	月	ごはん かつお大根 春野菜のみそしる 牛乳	646	772	ぎゅうにゅう かつお ふたにく ちくわ みそ	ごはん じゃがいも	だいこん しょうが たまねぎ キャベツ にんじん ねぎ		
19	火	パン 肉団子と春雨のスープ 牛乳 春色ポテトサラダ ブルーベリージャム	712	835	ぎゅうにゅう にくだんご	パン はるさめ じゃがいも ブルーベリージャム يونクリーミートレッシング	たまねぎ にんじん キャベツ しめじ ブロッコリー コーン		
20	水	セルフチキンライス 豆乳汁ビーフン 牛乳	632	754	ぎゅうにゅう とりにく ふたミンチ みそ とうにゅう	ごはん こめあぶら ビーフン	たまねぎ にんじん コーン とまと ほうれんそう		
21	木	パン 白身フライ イタリアンサラダ ベーコンスープ 牛乳	708	830	ぎゅうにゅう しろみフライ ベーコン	パン こめあぶら イタリアンレッシング	ブロッコリー キャベツ にんじん たまねぎ ピーマン		
22	金	わかめごはん 切り干し大根煮 ツナ入り変わりお浸し 牛乳	589	698	ぎゅうにゅう とりにく わかめ ひらてん ひじき ツナ	ごはん	きりぼしだいこん にんじん いとこんにやく いんげん ほうれんそう キャベツ		
25	月	ごはん おでん 梅あえ 牛乳	659	789	ぎゅうにゅう ふたにく ひらてん ちくわ あつあげ ささみ	ごはん	だいこん にんじん こんにやく きゃべつ こまつな うめ		
26	火	パン やきそば フルーツあえ 牛乳	734	864	ぎゅうにゅう ふたミンチ	パン やきそばめん こめあぶら	キャベツ たまねぎ にんじん もやし ピーマン もも みかん パイン		
27	水	ごはん チャプチェ 中華サラダ 牛乳	610	725	ぎゅうにゅう ふたにく	ごはん はるさめ ごまあぶら パンバンジードレッシング	たまねぎ もやし こまつな にんじん ほししいたけ キャベツ ほうれんそう		
28	木	パン トマトスープスパ ツナマヨサラダ 牛乳	678	791	ぎゅうにゅう とりにく ツナ	パン スパゲティ オリーブオイル たまごをつかっていないマヨネーズ	たまねぎ キャベツ にんじん ピーマン トマト こまつな		
29	金	しょうわ ひ 昭和の日							


* 材料の都合により献立を一部変更することがありますのでご了承ください。

4

給食だより

お知らせ

れいわ ねんど しょうがつこう しょうき あたら か
令和4年度から、小学校の食器が新しいものになりました。
しんきいつてん あたら きも きゅうよくた おも
心機一転、新しい気持ちで給食を食べていただけたらと思います。




入学式

ご入学・ご進級おめでとうございます。

こどもたちは、これから始まる学校生活に胸を躍らせていることと思います。

今年度も感染症対策を行いながらの給食実施になりますが、安心して給食を食べられるよう、衛生管理を徹底し、おいしく楽しい給食を提供できるよう努めていきます。

1年間よろしくお願いたします。



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。



すこ健やかで丈夫な体をつくろう！

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。



食事の大切さを知り、よい食べ方を身に付けよう！

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。

マナーを守り、たすけあいで楽しくなかよく！



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。



自然の豊かな恵み、いただく命に感謝しよう！「ありがとう」の心をもとう！

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。



育てる人、運ぶ人、作る人…みんなの力で食べられる。

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。

未来に伝えるふるさとや伝統の食！



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。



給食を通して、社会をよく知ろう！