

給食だより

令和5年
4月号

ご入学・ご進級おめでとうございます

元気いっぱいの新入生を迎え、新学期が始まりました。本年度も楽しく、安全でおいしい給食を目指していきますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

学校での「食育」

食育はご家庭や地域との連携を図りながら、学校全体で推進していくことが学習指導要領においても示されています。学校での食育は次の6つの視点から行われています。

食事の大切さ、喜び、そして楽しさを知る



健康を保つための自己管理能力を身に付ける



正しい知識、情報をもとに食品を選ぶ力をもつ



食べ物を大切にし、かかわる人々に感謝する



マナーや思いやりの気持ちなど社会性を育む



地域の産物や伝統的な食文化を知り、未来に伝える



ハンカチや白衣は清潔に



※マスクや手をふくための清潔なハンカチも毎日用意しましょう。

※給食当番は週末に白衣を持ち帰り、洗濯しましょう。

◎1人当たりの個数

日	曜日	食品名	小	中
25	火	ぎょうざ	2個	3個
26	水	いわしのカリカリフライ	2尾	3尾

今月の産地消

【JA麻植郡】……米
【河見さん・鴨島町】……たまねぎ
【松岡さん・鴨島町】……にんじん
【ひまわり農産市鴨島】……にんじん
【美郷物産館】……梅肉



令和5年 4月分献立予定表

吉野川市学校給食センター

日	曜日	こんだてめい			しょくひんめい(ざいりょうめい)			小・えいようか		
		しゅしよく	牛乳	お か ず	ちやくよほねに なるもの	からだのちよしを ととのえるもの	はたらちからや ねつになるもの	エネルギー (kcal)	たんぱく しつ (g)	しつ (g)
11	火	こくとう パン	牛乳	ポロニアハム つけあわせ ポルシチふうスープ	ぎゅうにゅう ポロニアハム ぶたにく	キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ トマト パセリ	こくとうパン あぶら ドレッシング じゃがいも	639	24.2	20.7
12	水	ごはん	牛乳	マーボーはるさめ ちゅうかふうサラダ あおりんごゼリー	ぎゅうにゅう みそ ぶたひきにく チキンハム	しょうが にんにく ねぎ にんじん たまねぎ れんこん たけのこ しいたけ きゅうり キャベツ	こめ あぶら さとう はるさめ ごまあぶら でんぶん ドレッシング(ゴマ) あおりんごゼリー	650	18.6	14.9
13	木	あげパン	牛乳	さつまいものサラダ ノンエッグマヨネーズ にくだんごとはくさいのスープ	ぎゅうにゅう チキンハム にくだんご	きゅうり にんじん しいたけ はくさい	パン あぶら さとう さつまいも はるさめ ノンエッグマヨネーズ	669	19.7	27.5
14	金	ごはん	牛乳	さわらのてりやき とりにくとこんにやくのみそに	ぎゅうにゅう さわら とりにく あつあげ みそ	しょうが にんじん こんにやく たけのこ	こめ あぶら さとう でんぶん	673	30.0	20.0
17	月	ごはん	牛乳	ぶたどんのぐ きゅうりのおおろぎ メープルマフィン	ぎゅうにゅう ぶたにく	にんにく にんじん たまねぎ こんにやく ごぼう しいたけ きゅうり	こめ あぶら さとう ごまあぶら メープルマフィン	635	18.8	14.7
18	火	パンキン パン	牛乳	ポークビーンズ フルーツのゼリーあえ※①	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず	にんにく にんじん たまねぎ しめじ トマト パセリ みかん もも	パンキンパン さとう じゃがいも ナタデココ あぶら こんにやくゼリー※①	655	22.9	16.4
19	水	わかめ ごはん	牛乳	とりにくのばいにくやき おひたし なるときんときのみそしる	ぎゅうにゅう わかめ とりにく みそ あぶらあげ	うめ キャベツ にんじん たまねぎ しいたけ ねぎ	こめ あぶら さとう さつまいも	663	25.8	17.4
20	木	コッペパン	牛乳	ぶたにくのコロッケ マイティソース ゆでやさい キャロットポタージュ	ぎゅうにゅう ベーコン	キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ パセリ	パン あぶら ぶたにくのコロッケ じゃがいも	643	19.5	23.3
21	金	ごはん	牛乳	さばのみそに ごまあえ ひじきのいために	ぎゅうにゅう さばのみそに とりにく だいず あぶらあげ ひじき	キャベツ にんじん こまつな こんにやく れんこん	こめ あぶら ごま さとう	663	24.9	18.8
24	月	ごはん	牛乳	じゃがいものそぼろに れんこんとだいずのツナあえ あじつけのり	ぎゅうにゅう だいず ぶたひきにく ツナ あじつけのり	しょうが にんじん たまねぎ こんにやく きゅうり れんこん	こめ あぶら じゃがいも さとう ドレッシング(ゴマ)	623	21.0	16.2
25	火	キャラメル パン	牛乳	ぎょうざ やきビーフン	ぎゅうにゅう ぎょうざ ぶたにく	にんじん たまねぎ しめじ キャベツ もやし	キャラメルパン あぶら ビーフン	661	22.9	18.3
26	水	たけのこ ごはん	牛乳	いわしのカリカリフライ すましじる おいわいこうはくゼリー※②	とりにく あぶらあげ ぎゅうにゅう いわしカリカリのフライ とうふ わかめ	にんじん たけのこ たまねぎ	こめ あぶら さとう おいわいこうはくゼリー※②	650	23.5	20.3
27	木	コッペパン	牛乳	ハンバーグのケチャップソース じゃがいものスープに いちごジャム	ぎゅうにゅう ハンバーグ チキンウインナー	にんじん たまねぎ キャベツ	パン さとう じゃがいも いちごジャム	649	25.3	20.8
28	金	むぎ ごはん	牛乳	ビーフカレー はるいるサラダ	ぎゅうにゅう ぎゅうにく いんげんまめ	にんにく にんじん たまねぎ キャベツ コーン	こめ むぎ あぶら じゃがいも ドレッシング	624	19.0	15.5

◎材料の購入その他の理由による変更をご了承ください。

☆毎日の給食が、吉野川市のホームページでご覧になれます。

※欄外の数値は、文部科学省が策定している児童1人当たりの学校給食摂取基準です。

※① 18日のフルーツのゼリーあえに入っているこんにやくゼリーには、りんご果汁とオレンジ果汁を使用しています。

※② 26日のお祝い紅白ゼリーには、いちご果汁を使用しています。

650 kcal	21.1g ~ 32.5g	14.4g ~ 21.7g
-------------	---------------------	---------------------