

給食だより



令和6年
4月号

今月の地産地消

【JA徳島県】……米
【松岡さん・鴨島町】……にんじん
【ひまわり農産市鴨島店】……にんじん
【美郷物産館】……すだち酢・梅肉



入学・進級おめでとう



うらかな春の日差しのもと、新年度が始まりました。ご入学・ご進級おめでとうございます。4月は、新しい生活への期待に胸を膨らませる一方で、環境が変わり、疲れやストレスがたまりやすくなる時期でもあります。夜は早めに寝て、朝食をしっかりと食べてから登校することが大切です。

給食センターでは今年度も、安心・安全でおいしい給食を提供できるよう職員一丸となって取り組んでまいります。学校給食へのご理解・ご協力のほど、よろしくお願いいたします。



○吉野川市の学校給食について

ごはん
週3回（月・水・金曜日）です。
吉野川市内産のアキサカリを使用しています。給食センターで炊飯し、各学校へ配送しています。
白ごはんの他に、麦ごはん、わかめごはん、たきこみごはん、ばら寿司などがあります。



パン
週2回（火・木曜日）です。
鴨島町のナニワパンさんで、当日焼いたものが各学校へ届きます。
コッペパン、黒糖パン、ココアパンなどいろいろな種類のパンがあります。揚げパンは、給食センターにある、大きなフライヤーで揚げています。



牛乳
毎日1本（200cc）付きます。
明治乳業から毎朝配送されます。
成長期の子もたちに必要なカルシウム、ビタミン、たんぱく質などが豊富です。
4月からパッケージが変わります。四国産の生乳になります。



おかず
焼き物、蒸し物、揚げ物、煮物、炒め物、あえ物、汁物などがあります。
旬の食材を生かし、季節にあった料理、行事食、郷土料理を取り入れています。
毎月19日「食育の日」頃には、地場産物や郷土料理等を取り入れた「ふるさと給食」を実施しています。



★19日（金）はふるさと給食の日

ごはん
米…吉野川市産
牛乳…四国産
とり肉の梅肉焼き
梅肉…吉野川市産
おひたし
にんじん…吉野川市産
ふしめんのみそ汁
にんじん…吉野川市産
しいたけ…徳島県産
ふしめん…徳島県産
わかめ…徳島県産
ごぜんみそ…徳島のおみそ



給食の決まり・食事のマナーを守りましょう

給食の前に、机の上を片付けましょう。	手をきれいに洗いましょう。	給食当番は、身支度を整え、健康チェックをしましょう。	食器は大切に扱きましょう。
協力して準備をしましょう。	全員の給食がそろったら、「いただきます」をしましょう。	姿勢よく、持てる食器は手に持って食べましょう。	食べ物は、食べやすい大きさにして、よくかんで食べましょう。

◎1人当たりの個数

日曜日	曜日	食品名	小	中
30	火	ポークしゅうまい	2個	3個

令和6年 4月分献立予定表



吉野川市学校給食センター

日曜日	曜日	こんだてめい			しょくひんめい(ざいりょうめい)						えいようか 上段・小学校中学年 下段・中学校		
		しゅしょく つけるもの	牛乳	お か ず	血や肉や骨になるもの		体の調子を整えるもの		働く力や熱になるもの		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)
					1群	2群	3群	4群	5群	6群			
9	火	こくとうパン	牛乳	ポロニアハム ブロッコリー ボルシチ風スープ	ポロニアハム ぶた肉	牛乳	ブロッコリー にんじん トマト パセリ	たまねぎ	こくとうパン じゃがいも	ドレッシング あぶら	613 706	24.5 27.3	19.0 21.5
10	水	ごはん	牛乳	マーボー春雨 ちゅうか風サラダ 青りんごゼリー	ぶたひき肉 みそ チキンハム	牛乳	ねぎ にんじん	しょうが たまねぎ にんにく れんこん しいたけ きゅうり	米 さとう はるさめ でんぷん 青りんご ゼリー	あぶら ごまあぶら ドレッシング	654 762	18.4 21.1	14.7 16.2
11	木	あげパン	牛乳	さつまいものサラダ 肉だんごはくさいのスープ ノンエッグマヨネーズ	チキンハム 肉だんご	牛乳	にんじん	きゅうり しいたけ はくさい	コッペパン さとう さつまいも はるさめ	あぶら ノンエッグ マヨネーズ	654 748	19.7 22.4	27.1 29.6
12	金	ごはん	牛乳	さわらのてりやき ゆかりあえ あつあげとこんにやくのみそ	さわら ぶた肉 みそ きぬあつあげ	牛乳	にんじん さいいんげん しそ	キャベツ しょうが こんにやく しいたけ	米 さとう でんぷん	あぶら	674 799	29.4 34.0	19.4 21.8
15	月	ごはん	牛乳	ぶたどんのぐ シャッキリごまあえ こくとうビーンズ	ぶた肉 こくとう ビーンズ	牛乳	にんじん ごまつな	にんにく たまねぎ しいたけ もやし コーン れんこん	米 さとう	あぶら ごま	631 737	22.1 25.0	14.6 16.0
16	火	パンPKン パン	牛乳	チリコンカン フルーツあんぱん	ぶたひき肉 てぼう豆 大豆 きんととき豆	牛乳	かぼちゃ にんじん トマト	にんにく たまねぎ みかん もも	パンPKンパン さとう じゃがいも ナタデココ とうにゅう あんぱんどうふ	あぶら	659 757	22.7 25.6	17.8 19.8
17	水	ごはん	牛乳	ますのおやき きゅうりのかおりづけ ひじきのいために	ます とり肉 油あげ 大豆	牛乳	にんじん	きゅうり こんにやく れんこん	米 さとう	あぶら ごまあぶら	612 722	28.3 33.0	15.3 16.9
18	木	コッペパン いちごジャム	牛乳	春にんじんのシチュー ごぼうサラダ	とり肉 いんげん豆	牛乳	にんじん パセリ	たまねぎ ごぼう きゅうり コーン	コッペパン じゃがいも いちごジャム	あぶら ドレッシング	621 706	22.7 25.9	20.5 22.9
19	金	ごはん	牛乳	とり肉のばい肉やき おひたし ふしめんのみそ汁	とり肉 油あげ ごぜんみそ	牛乳	わかめ	にんにく キャベツ たまねぎ しいたけ	米 さとう ふしめん	あぶら	633 721	24.2 25.9	17.2 17.7
22	月	ごはん のりふりかけ	牛乳	肉じゃがが キャベツとあぶらあげのあますあえ	牛肉 油あげ	牛乳	のりふりかけ	にんにく たまねぎ キャベツ きゅうり すだち	米 じゃがいも さとう	あぶら ごま	621 730	19.2 22.1	14.0 15.3
23	火	コッペパン チョコだいたず	牛乳	なすとトマトのグラタン そえやさ ぐたくさんスープ	とり肉	牛乳	にんじん パセリ	キャベツ たまねぎ しめじ はくさい	コッペパン なすとトマトの グラタン	ドレッシング チョコだいたず	611 720	21.1 24.2	24.1 28.3
24	水	たけのこ ごはん	牛乳	クリスマス しるみ魚フライ(ほき) すまじる おいわいいちごクレープ	とり肉 油あげ しるみ魚フライ とうふ	牛乳	わかめ	にんにく たまねぎ	米 さとう おいわい いちごクレープ	あぶら	660 762	23.3 26.7	20.9 22.6
25	木	コッペパン	牛乳	ハンバーグの ケチャップソース ABCスープ ミニトマト(中のみ)	ハンバーグ ベーコン	牛乳	にんじん パセリ ミニトマト	たまねぎ	コッペパン さとう じゃがいも マカロニ	あぶら	614 726	24.4 29.0	23.3 27.5
26	金	ごはん	牛乳	ポークカレー 春色サラダ	ぶた肉 いんげん豆	牛乳	にんじん	にんにく たまねぎ キャベツ コーン	米 じゃがいも	あぶら ドレッシング	608 712	18.1 20.4	14.1 14.5
30	火	キャラメル パン	牛乳	やきビーフン ポークしゅうまい	ぶた肉 さつまあげ ポーク しゅうまい	牛乳	にんじん ピーマン	たまねぎ しめじ キャベツ もやし	キャラメル パン ビーフン	あぶら	649 762	25.2 30.0	17.3 20.1

※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。

※25日(木)は中学校にミニトマトが付きます。のどに詰まらせないよう、気を付けてお召上がりください。

○昨年度まで一部表示していたアレルギー(ごまと果物)の情報は、今年度から表示していません。
○昨年度まで小中学校、別々に作成していた給食だよりを、今年度から統一しています。