

令和6年

4月の予定献立表

材料、その他の都合により献立を変更することがあります。

※アレルギー詳細献立表もあわせてご覧ください。

(行事や本日の給食のテーマ)

欠食等を表示します	食品	体内ではたらく
	あか	血や肉、骨をつくる
	き	働く力や体温となる
	みどり	体の調子を整える

カミカミ献立

西原町学校給食共同調理場

TEL: 945-4935

<給食目標> 協力して給食の準備や後片付けをしよう

<栄養目標> 献立や食べ物の名前を知ろう

※カミカミ献立・・・噛み応えのあるメニューが入っています。
よく噛んで食べよう!

給食がはじまいます!

☆ご入学・ご進級おめでとうございます☆
新しい学級・先生・お友だちとその変化にドキドキ・ワクワクしていることと思います。
これから一年間、給食を通して「食」について学んでいきましょうね◎
給食センター一同、力を合わせて頑張りますので今年度もよろしくお祈りします!

学校給食の目標

※「学校給食法」第2条より抜粋・要約

4 自然の恩恵への理解を深め、生命、自然を尊重する精神や環境の保全に寄与する態度を養う。

1 適切な栄養の摂取による健康の保持増進。

2 食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営む判断力や望ましい食習慣を養う。

3 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。

4 伝統的な食文化を理解する。

5 食生活が多くの人の労働に支えられていることを理解し、感謝する。

6 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。

7 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。

8 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。

9 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。

しぎょうしき 始業式



8(月) 進級おめでとう!

進級おめでとうデザート
ひじきのいろいろいため
ごはん
とりにくとだいこんのおつゆ
欠食: 幼・小1・中1

牛乳、とりにく、こんぶ、ひじき、油あげ、大豆
こめ、三温糖、大豆油、クレープ
だいこん、大根葉、こまつな、にんじん、しょうが、こんにやく、キャベツ、ピーマン、パプリカ
E 599 P 23.2 F 18.5
E 660 P 26.2 F 19.7

10(水) 入学おめでとう!

(小1・中1のみ) 入学おめでとうデザート
サバのしおこうじやき
クープイリチー
ごはん
シカムドゥチ
欠食: 幼稚園

牛乳、ぶたにく、かまぼこ、こんぶ、チキアギ、さば
こめ、三温糖、大豆油、クレープ
とうがん、こんにやく、しいたけ、しょうが、切干大根
E 561 P 25.9 F 19.1
E 637 P 29.9 F 21.5

11(木) ファイバーってなんだろ

(幼のみ) 入学おめでとうデザート
★チキンカレー
★麦ごはん
★ファイバーサラダ

牛乳、とりにく、豚レバー、白いんげん豆、えんどう豆、ひよこ豆、レンズ豆、黒大豆、あずき、ひよこ豆、青えんどう豆、赤いんげん豆
こめ、麦、じゃがいも、小麦粉、マーガリン、大豆油、アーモンド、卵なしパナトーザ、こま、三温糖、クレープ
玉ねぎ、にんじん、かぼちゃ、グリーンピース、ウージパウダー、こんにやく、きゅうり、えだまめ
E 722 P 24.1 F 26.3
E 826 P 27.4 F 30

12(金) 小魚の効果

★ししゃものいそべやき
★マナーチャンプルー
★ごはん
★イナムドゥチ

牛乳、ぶたにく、かまぼこ、みそ、あつあげ、かつおぶし、子もやし、青のり、豆乳
こめ、ごま、大豆油、卵なしパナトーザ
こんにやく、しいたけ、もやし、にんじん、大根葉、にら
E 626 P 28.2 F 25.1
E 730 P 34.4 F 29.7

15(月) 正しい手洗いをしよう

★ごもくまめ
★ゆかりごはん
★いしかり汁

牛乳、鮭、みそ、ぶたにく、大豆、ひじき、ちくわ
こめ、里芋、じゃがいも、三温糖、大豆油
しそ、にんじん、だいこん、玉ねぎ、ごぼう、長ねぎ、こんにやく、えだまめ、しょうが
E 535 P 20.7 F 16
E 602 P 23 F 17.6

16(火) じゃがいもについて

★おかあえ
★ごはん
★肉じゃが

牛乳、ぶたにく、ちくわ、かつおぶし
こめ、じゃがいも、三温糖、大豆油、ごま、ごま油
にんにく、玉ねぎ、にんじん、長ねぎ、しいたけ、こんにやく、グリーンピース、きゅうり、だいこん、もやし
E 563 P 20.2 F 15.8
E 632 P 22.7 F 17.2

17(水) 食事のあいさつ

★チリコンカン
★コッペパン
★ABCチキンスープ

牛乳、ベーコン、とりにく、きゅうり、ぶたにく、ウインナー、豚レバー、大豆たんぱく、赤いんげん豆、大豆
コッペパン、ABCマカロニ、三温糖、てんぷら、大豆油
だいこん、玉ねぎ、にんじん、大根葉、ウージパウダー、にんにく、ピーマン、マッシュルーム、トウモロコシ
E 595 P 30.3 F 21
E 675 P 34.3 F 23.3

18(木) 第三木曜日は何の日?

★スニシーイリチー
★ごはん
★チムシンジ

牛乳、豚レバー、ぶたにく、みそ、こんぶ、チキアギ
こめ、じゃがいも、三温糖、大豆油、黒糖アガラサー
だいこん、にんじん、にんにくの芽、にんにく、しょうが、スニシー、こんにやく、しいたけ
E 633 P 22.6 F 13.6
E 690 P 24.7 F 14.3

19(金) 今日は何の日?

★べにいもごま団子
★チンジャオロース
★ごはん
★ニラ玉スープ

牛乳、卵、とうふ、ぶたにく
こめ、てんぷら、三温糖、大豆油、ごま油、ごま、紅芋ごま団子
玉ねぎ、にら、ピーマン、パプリカ、にんじん、たけのこ、にんにく、しょうが
E 597 P 21.6 F 18
E 658 P 24 F 19.2

22(月) ヨーグルトについて

★ぶたにくとやさいのしょうがいため
★ごはん
★はんぺんのすまし汁

牛乳、はんぺん、わかめ、ぶたにく、あつあげ、ヨーグルト
こめ、三温糖、大豆油
だいこん、長ねぎ、みつば、キャベツ、玉ねぎ、にんじん、ピーマン、きくらげ、しょうが、ウージパウダー
E 539 P 21.8 F 13.9
E 594 P 24.3 F 14.8

23(火) 給食の麦について

★デコボン
★マングワ
★麦ごはん
★赤魚とアーサーのみそ汁

牛乳、赤魚、アーサー、かまぼこ、みそ、ぶたにく、油あげ、チキアギ
こめ、麦、大豆油
とうがん、だいこん、にんじん、しいたけ、大根葉、デコボン
E 537 P 24.8 F 13.7
E 610 P 28.4 F 14.7

24(水) 体に悪い「SOS」!?

★ちゅうかポテト
★しおやきそば
★パンパンジー

牛乳、ぶたにく、チキアギ、とりにく
めん、ごま油、大豆油、ごま、三温糖、ラー油、さつまいも、黒ごま
にんにく、にんじん、パプリカ、ピーマン、もやし、キャベツ、きゅうり、だいこん、長ねぎ、しょうが
E 512 P 21.8 F 21.5
E 617 P 25 F 25

25(木) もずくの生産量

★ごまなしミニフィッシュ
★じゃがいものみそバターに
★ごはん
★もずくとたまごのスープ

牛乳、もずく、かにかま、卵、ぶたにく、大豆、みそ、ゴマなしミニフィッシュ
こめ、てんぷら、じゃがいも、大豆油、三温糖、バター、ごま
とうがん、しいたけ、玉ねぎ、にんじん、こまつな、コーン、にんにく、しょうが
E 537 P 20.9 F 14.7
E 601 P 23.1 F 15.9

26(金) 西原町産バジル!

★目玉焼き風オムレツ
★ガバオライス
★わかめスープ

牛乳、わかめ、とうふ、ぶたにく、とりにく、豚レバー、大豆、みそ、たまご
こめ、きび、ごま油、ごま、三温糖
だいこん、えのき、長ねぎ、玉ねぎ、にんにくの芽、ピーマン、パプリカ、コーン、バジル、ウージパウダー、にんにく、しょうが
E 585 P 26.4 F 17.6
E 652 P 29.7 F 19.3

しょうわ 昭和の日



30(火) 料理は見た目も大事!

★ほうれんそうオムレツ
★キャロットサラダ
★あみパン
★あおだいのポタージュ

牛乳、ベーコン、青大豆、脱脂粉乳、ほうれん草オムレツ
あみパン、じゃがいも、マーガリン、小麦粉、生クリーム、アーモンド、オリーブ油、三温糖
玉ねぎ、にんじん、にんにく、きゅうり、コーン、シーワサ、パセリ
E 652 P 25.7 F 28.1
E 774 P 29.9 F 33.7

給食当番の衛生チカラ

髪が長い人は髪を短く切って、結びましょう

手はせっけんできれいに洗う

爪は短く切っておきましょう

マスクで鼻とお口をおおう

清潔な白衣(エプロン)を身に着ける

清潔なハンカチを用意する

白衣を床でたたんだり、食器や食缶を床に置いたりしないようにしましょう。

給食当番は1週間の交代制です。週末に給食費を持ち帰りますので、次にお子さんが帰る時、洗濯とアイロンがけをお願いします。次の登校時に、忘れずに持たせてください。

★学校給食費は、毎月10日までに納めましょう。給食費の納入はお済みですか?給食費の完納にご協力ください。