

*給食材料の都合により、献立内容を変更することがありますのでご了承下さい。

4月 よていにんだて No.1



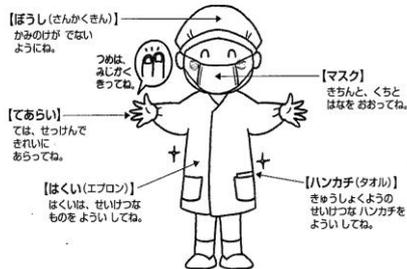
月	火	水	木	金
今日の給食のめあて	8日 給食なし	9日 給食なし	10日 準備・後片付けの仕方を覚えよう	11日 準備・後片付けの仕方を覚えよう
はいげんず 配膳図 下線の献立は、カミカミ献立です。よくかんでよく味わって食べましょう。 お家で取りたい食品			〇〇 チーズ チャフチェ ごはん マーボー豆腐 海藻	ふたにくのみそ汁のためえびシウマイ ごはん たまごスープ 果物
赤の食品～血や肉や骨になる	弁当 び 弁当日	弁当 び 弁当日	赤の食品 とうふ ぶた肉 みそ チーズ 牛乳	赤の食品 ぶた肉 みそ たまご とうふ ごさかな 牛乳
緑の食品～体の調子を整える～			緑の食品 ねぎ にんじん しいたけ にら しょうが にんにく たまねぎ	緑の食品 にんじん たけのこ キャベツ たまねぎ しょうが こまつな
黄色の食品～熱や力になる～			黄色の食品 こめ さとう あぶら 春雨 ごま かたくりこ	黄色の食品 こめ あぶら さとう かたくりこ
検査結果(単位:kg/Bq) セシウム 134・137	ND	ND	ND	ND
基準量 中学生 エネルギー 820kcal たんぱく質 30g 脂質 ~27g 塩分 ~3g			栄養価 エネルギー(kcal) 807 たんぱく質(g) 32.1 脂質(g) 25.2 塩分(g) 2.9	栄養価 エネルギー(kcal) 805 たんぱく質(g) 32.1 脂質(g) 24.3 塩分(g) 2.9
14日 よくかんで食べよう	15日 果物の栄養を知ろう	16日 はしの日	17日 手作りを味わおう	18日 朝食モデル献立
ぎょうざ ちゅうかどん わかめスープ 果物	フルーツポンチ キムチづけ みそラーメン 豆製品	ごもくまめ さけの しじょうあげ ごはん くだくさん みそしる きのこ	ひきのための てつくり メンチかつ ごはん わかめの みそしる 淡色野菜	さんびらごぼう なつとう むぎごはん にくじゃ かつお
赤の食品 ぶた肉 いか うずら 卵 ぎょうざ わかめ 牛乳	赤の食品 ぶた肉 みそ 牛乳	赤の食品 鮭 ぶた肉 だいず とり肉 みそ 牛乳	赤の食品 ぶた肉 たまご ひき だいず まぐる缶 みそ にほこ わかめ牛乳	赤の食品 なつとう さつまあげ ぶた肉 牛乳
緑の食品 はくさい たまねぎ にんじん たけのこ きくらげ しいたけ ねぎ しょうが	緑の食品 にら にんじん たまねぎ キャベツ もやし いちご みかん缶 バイン缶 もも缶	緑の食品 しいたけ にんじん ごぼう いんげん だいこん たまねぎ こまつな	緑の食品 たまねぎ にんじん	緑の食品 ごぼう にんじん たけのこ いんげん たまねぎ しょうが
黄色の食品 こめ あぶら さとう かたくりこ	黄色の食品 中華めん さとう 白玉団子 ゼリー	黄色の食品 こめ さとう ごま あぶら かたくりこ こんにやく	黄色の食品 こめ パン粉 こむぎこ じゃがいも あぶら	黄色の食品 こめ おおむぎ さとう ごま じゃがいも 糸こんにやく あぶら
検査結果(単位:kg/Bq) セシウム 134・137	ND	ND	ND	検査結果(単位:kg/Bq) セシウム 134・137 ND
栄養価 エネルギー(kcal) 819 たんぱく質(g) 33.4 脂質(g) 21.1 塩分(g) 3.5	栄養価 エネルギー(kcal) 832 たんぱく質(g) 32.5 脂質(g) 16.6 塩分(g) 3.6	栄養価 エネルギー(kcal) 794 たんぱく質(g) 37.4 脂質(g) 23.8 塩分(g) 2.6	栄養価 エネルギー(kcal) 830 たんぱく質(g) 32.2 脂質(g) 24.1 塩分(g) 1.8	栄養価 エネルギー(kcal) 807 たんぱく質(g) 28.7 脂質(g) 25.7 塩分(g) 3.5

4月の給食のめあて ~給食のきまりを守ろう~

給食当番の服装

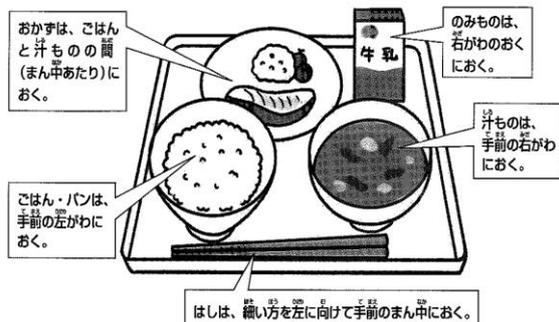
みなりはだいじょうぶかな?

とうはんさんは みなりを きちんとして じゅんびを しようね♪



食器の並べ方 -献立表の配膳図と同じように並べよう-

食器をこのように正しくならべているかな?



後片付けの仕方



おぼんや、食器の上に、食べ物や、ストロー・ジャムの袋などがついていないか確かめてからかたづけよう。

*給食材料の都合により、献立内容を変更することがありますのでご了承下さい。

4月 よてい にん だて No.2



日(曜日にご注意ください)	火	水	木	金
20日 食べ残しゼロを目指そう ヨーグルト ジンジャーサラダ ドライカレー こさかな 小魚	22日 こぼさないで食べよう わかめサラダ しろみざかなフライ コッペパン ミネストローネ 緑黄色野菜	23日 入園・入学・進級お祝い献立 くまだちなのてつくりおひだし デザート ぎゅうにくと さわにわん ごぼうのませごはん 海藻	24日 給食なし 1~2年生 弁当 弁当日	25日 給食なし はいげんず配膳図 下線の献立は、カミカミ立です。よくかんでよく味わって食べましょう。 お家で取りたい食品
食品の赤 ぶた肉 かまぼこ 牛肉 ヨーグルト 牛乳	食品の赤 しろみざかなフライ 牛乳 まぐろ缶 ベーコン チーズ	食品の赤 たまご ぶた肉 牛乳	赤の食品~血や肉や骨になる	
食品の緑 たまねぎ にんじん セロリー しょうが にんにく トマト きゅうり キャベツ	食品の緑 だいこん キャベツ にんじん たまねぎ トマト にんにく	食品の緑 ごぼう こねぎ しいたけ なばな キャベツ にんじん だいこん	緑の食品~体の調子を整える~	
食品の黄色 こめ あぶら さとう こむぎこ	食品の黄色 パン あぶら マカロニ	食品の黄色 こめ 糸こんにゃく ごま あぶら さとう いちごジャム	黄色の食品~熱や力になる~	
検査結果(単位:kg/Bq) セシウム 134・137	ND		検査結果(単位:kg/Bq) セシウム 134・137	ND
栄養価 エネルギー(kcal) 869 たんぱく質(g) 36.2 脂質(g) 19.9 塩分(g) 2.5	栄養価 エネルギー(kcal) 804 たんぱく質(g) 33.7 脂質(g) 23.7 塩分(g) 4.3	栄養価 エネルギー(kcal) 816 たんぱく質(g) 27.2 脂質(g) 25.1 塩分(g) 3.1	基準量 中学生 エネルギー 820kcal たんぱく質 30g 脂質 ~27g 塩分 ~3g	
土(曜日にご注意ください)	火	水	木	金
26日 1・2年授業日 1~2年生 弁当 弁当日	29日 昭和の日 春を告げる和菓子「桜もち」 桜の花の季節が来ると食べたくなる桜もち。桜もちには、関西風と関東風があります。 関西風は、道明寺粉(もち米を蒸して乾燥させ粗く砕いたもの)で皮を作り、あんを包んだまんじゅうのようなおもちです。つぶつぶした皮の食感が特徴です。 関東風は、小麦粉などの生地を薄く焼いた皮であんを巻いた、クレープのようなおもちです。どちらもお寺に関係があり、関西風は大阪の道明寺で作られたことから『道明寺』、関東風は東京の長命寺で作られたことから『長命寺』ともよばれています。 	30日 魚を食べよう だいこんサラダ さばのこうみに ごはん けんちんじる 緑黄色野菜	4月の給食のめあて~給食のきまりを守ろう~ たべのこしが、ついていないかな? たべおわったあとは、あとが足つけてすね。しよつきには、たべのこしがついていないようにして 替えましょう。 たべのこしたものは、しよつかんなどに もとしましょう。このときにも、しよつきに のこらないようきをつけてね。 	
		食品の赤 さば まぐろ缶 とうふ みそ 牛乳		
		食品の緑 しょうが にんにく だいこん きゅうり にんじん ねぎ ごぼう		
		食品の黄色 こめ さとう ごま さとも こんにゃく あぶら		
		検査結果(単位:kg/Bq) セシウム 134・137	ND	
		栄養価 エネルギー(kcal) 794 たんぱく質(g) 29.2 脂質(g) 26.1 塩分(g) 3.1		
			きちんと重ねて返してね 食器の後片付けは、きちんと重ねて返してね。 同じ大きさの食器ごとに、上向きに重ねていってね。大きさをそろえないと、運ぶときにグラグラして、あふないよ。 スプーンやはしは、向きをそろえてね。	