

日 曜	献立名 主食、牛乳 主菜、副菜、その他の順序	① 主に体の組織をつくる食品		② 主に体の調子を整える食品		③ 主にエネルギーになる食品		メッセージ	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
		たんぱく質	無機質	ビタミン		炭水化物	脂質		
		1群 肉・魚・卵 豆・豆製品	2群 牛乳・乳製品 小魚・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物・きのこ	5群 米・パン・めん いも・さとう	6群 油脂 種実類		
27 火	赤飯 牛乳 白身魚のフリッター (3個) チンゲンサイ入りすまし汁 小松菜のおひたし ☉お祝いデザート ごましお	小豆 たら 豆腐、かまぼこ	牛乳 おきあみ、あおさ	チンゲンサイ にんじん 小松菜	しめじ もやし	米、もち米 小麦粉	大豆油、なたね油	入学、進級のお祝い献立です。赤飯や花形のかまぼこが入ったすまし汁、お祝いゼリーがついています。日本では昔から、お祝い事やお祭りなどおめでたい時に、赤飯を食べる風習があります。	790 26.3
28 水	ごはん 牛乳 五目厚焼き卵 豚肉と野菜の細切り炒め きゅうりとわかめの酢の物 きらず揚げ	卵 豚肉	牛乳	ほうれん草 にんじん にんじん ピーマン	しいたけ グリーンピース キャベツ、たけのこ きくらげ、しょうが にんにく	米 さとう、でんぶん さとう	ごま ごま	「きらず」とは、おからのことで、大豆から豆腐の原料となる豆乳を絞った後に残ったものです。おからには、腸の働きをよくしてくれる食物せんいが多くあります。きらず揚げは、よくかんで食べましょう。	820 29.5
30 金	ごはん 牛乳 米粉ししゃもフライの 甘辛ソースかけ (3個) 若竹汁 キャベツのかおりあえ ☉かしわもち	鶏肉	牛乳	にんじん 葉ねぎ 青じそ	たけのこ、白ねぎ えのきたけ キャベツ	米 米粉、さとう	なたね油	5月5日は、こどもの日です。「かしわ」の葉は、新芽が出るまで古い葉が落ちないことから、子孫繁栄の願いを込めてかしわもちを食べるようになったといわれています。休日が続くので、今日、かしわもちをつけました。	862 27.3

ご入学・ご進級おめでとうございます

学校給食では、子どもたちが元気に学校生活を送ることができるように、栄養バランスのとれた魅力あるおいしい献立づくりに取り組んでいます。また、十分な衛生管理のもと、安心・安全な給食を提供していきます。毎月、献立表を配付しますので、ご家庭の食事の参考にしてください。

〈学校給食の内容〉 主食・牛乳・おかずの組み合わせで作られています。

主食 主にエネルギーになる

ごはん (週3回以上)



・安城市産の「あいちのかおりSBL」を100%使用

パン (週1回程度)



・県内産小麦 (きぬあかり) を20%使用
・愛知のツイストパンの小麦粉は県内産小麦 (ゆめあかり) を100%使用
・米粉パンの米粉は安城市産うるち米を80%使用

ソフトめん・ラーメン・うどん・きしめん (月1~2回)



・ソフトめん・・・県内産小麦 (きぬあかり) を20%使用
・ラーメン・・・県内産小麦 (ゆめあかり50%、きぬあかり50%) を100%使用
・うどん、きしめん・・・県内産小麦 (きぬあかり) を100%使用

牛乳 主に体の組織をつくる

牛乳が1本 (200ml) つきます



おかず

〈主菜〉主に体の組織をつくる

〈副菜・副々菜〉主に体の調子を整える



4月から、給食の牛乳が紙パック入りに変わります。



お知らせ

材料は都合によりかわることがあります。

☐は、かみかみメニューです。

◎は、新献立です。お楽しみに。

☉は、業者直送です。容器は学校で処理してください。

毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日～」です。今年度も図書館司書さんとのコラボメニューを入れていきます。食材は主な食品が記載してあります。

アレルギーについては、食物アレルギー詳細献立表をご覧ください。

今月の給食に登場する「安城市」と「隣の市」でとれる食べもの



米



きゅうり

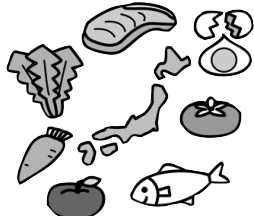


チンゲンサイ

学校給食について

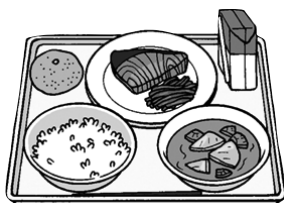
食 材

地域でとれる旬の食材を中心とし、なるべく国産のものを使用しています。



献 立

行事食や郷土料理、地場産物を使った料理など、バラエティーに富んだ献立作りを心がけています。



栄 養

文部科学省が定める「学校給食摂取基準」に基づき、1日に必要な栄養の3分の1程度がとれるようにしています。



調 理・衛 生

野菜や果物は流水で3回以上洗い、生で食べる果物を除き、すべて加熱調理しています。また、食材を汚染しないよう、エプロンを使い分けるなど、衛生管理には細心の注意を払っています。

