

平成 29 年

がっ こう きゅうしょくこんだてひょう
4 月学校給食献立表

(小学校)



安城市北部学校給食共同調理場

日 曜	こん 献		だて 立 名	おもに体をつくる食品 	おもに体の調子を整える食品 	おもにエネルギーのもとになる食品 	メ ッ セ ー ジ	エネルギー Kcal
	しゅしょく 主食	ぎゅうにゅう 牛乳						
14 金	むぎごはん	○	カレーライス やさいソテー コーヒーぎゅうにゅうのもと	ぎゅうにゅう、ぶたにく チーズ、だっしふんにゅう まぐるあぶらづけ	たまねぎ、にんじん グリーンピース、キャベツ とうもろこし	むぎごはん、じゃがいも カレールウ コーヒーぎゅうにゅうのもと	きゅうしょくの「カレー」は いろいろなカレールウをまぜてつくります。まぜることで よりおいしくなります。	671
17 月	こめこパン	○	タンドリーチキン ポークビーンズ みどりキャベツ (あじつき)	ぎゅうにゅう、ぶたにく ベーコン、だいちず タンドリーチキン	たまねぎ、にんじん グリーンピース、キャベツ きゅうり	こめこパン、じゃがいも、さとう	4がつ19日には「よいきゅうりのひ」です。ふゆはるきゅうりぶかいから きぞうされたきゅうりをしようしました。	652
18 火	わかめごはん	○	しろみざかなのこうみソースかけ (2こ) じゃがいものしろみそしる Ⓧパイナップル	ぎゅうにゅう、なまあげ しろみそ しろみざかなフリッター わかめ	にんじん、はくさい チンゲンサイ、ねぎ、しょうが レモンかじゅう、パイナップル	ごはん、じゃがいも なたねあぶら、さとう	「しろみざかなの フリッター」に ねぎ、しょうが、レモンかじゅうをいれた かおりのよいタレをかけて 上げました。	612
19 水	ごはん	○	ぎゅうにくのビビンバ きんしたまご はるさめスープ Ⓧチーズドッグ	ぎゅうにゅう、ハム ぎゅうにく、きんしたまご	にんじん、はくさい、ねぎ メンマ、くろきくらげ しいたけ、にんにく、もやし チンゲンサイ	ごはん、はるさめ、さとう こめあぶら、ごま ごまあぶら、チーズドッグ	みなさんに にんきのある「ビビンバ」をぎゅうにくでつくりました。	705
20 木	ラーメン	○	かんとんふうラーメン かれいフライ ごまきゅうり こぶくろノンエッグタルタルソース	ぎゅうにゅう、ハム かれいフライ	はくさい、もやし、にんじん ねぎ、メンマ、くろきくらげ きゅうり	ラーメン、ごまあぶら でんぶん、なたねあぶら、ごま ノンエッグタルタルソース	「かれいフライ」には ほねやはをじょうぶにしてくれる「カルシウム」がおおく ふくまれています。	592
21 金	せきはん	○	チキンハンバーグのいちじくソースかけ すましじる いそかあえ Ⓧおいわいデザート	ぎゅうにゅう、とうふ かまぼこ、チキンハンバーグ やきのり	みつば、にんじん えのきたけ、レモンかじゅう キャベツ、もやし	せきはん、こめあぶら いちじくジャム、さとう おいわいデザート	あんじょうしでとれた「いちじく」をつかって ハンバーグのソースにしました。	653
24 月	ごはん	○	とうふのオイスターソースいため はるまき くきわかめいりサラダ	ぎゅうにゅう、ぶたにく とうふ、くきわかめ、はるまき	たまねぎ、にんじん たけのこ、チンゲンサイ くろきくらげ、もやし きゅうり	ごはん、さとう、でんぶん ごまあぶら、なたねあぶら	「オイスターソース」は「かきあぶら」ともいいます。ちゅうごくどくとくの ちょうみりょうです。	712
25 火	こがたロールパン	○	イタリアンスパゲティ ツナオムレツ フルーツゼリー	ぎゅうにゅう、ぶたにく こなチーズ、ツナオムレツ	キャベツ、たまねぎ にんじん、トマト パイナップル、もも	こがたロールパン スパゲティ、レモンゼリー	「イタリアン」とは「イタリアふう」のいみがあります。スパゲティを トマトあじで 上げました。フルーツゼリーは とうめいカップにいれてくばりましょう。	577
26 水	ごはん	○	いかフライのレモンに ごんべいじる キャベツのごまゆかり さつまいもスティック	ぎゅうにゅう、とりにく とうふ、ミックスみそ いかフライ	だいこん、にんじん、ねぎ レモンかじゅう、キャベツ ゆかりこ	ごはん、じゃがいも なたねあぶら、さとう、ごま さつまいもスティック	「ごんべいじる」は 「かもとりごんべえ」からなづけられました。ほんらいは「かも」ですが きゅうしょくでは とりにくをつかいます。	646
27 木	ごはん	○	さわらのさいきょうやき にくじゃが アーモンドあえ	ぎゅうにゅう、ぶたにく さわらのさいきょうやき	こんにやく、たまねぎ にんじん、さやいんげん もやし、キャベツ	ごはん、じゃがいも、さとう アーモンド	「さいきょうやき」は さかななどに しろみそをみりんでのぼした ちょうみりょうにつけこんで やいたものをいいます。	655
28 金	はつがげんまいごはん	○	あげえびしゅうまい (2こ) ちゅうかはん はるさめサラダ たくじょうちゅうかふうドレッシング	ぎゅうにゅう、ぶたにく いか、えびしゅうまい	にんじん、たけのこ はくさい、たまねぎ チンゲンサイ、くろきくらげ きゅうり	はつがげんまいごはん さとう、でんぶん ごまあぶら、なたねあぶら はるさめ、ドレッシング	ちゅうかはんには 8しゅるいの しょくぎいをつかっています。ちゅうかはんにして たべましよう。	643
せつしゅきじゅん								640

にゅうがく しんきゅう ご入学・ご進級おめでとうございます



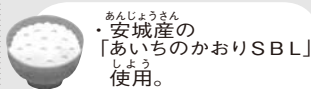
学校給食は、教育の一環として位置付けられており、栄養バランスのとれた豊かな食事を提供することで、成長期にある子どもたちの心身の健康を増進し、体位の向上を図ることや、食に関する指導の生きた教材となるように、考えて作られています。地場産物を活用し、地域の郷土食や行事食を取り入れ、地域の文化や伝統に対する理解と関心を高めていきたいと考えています。

毎月、献立表を配布いたしますので、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3つの柱からなっています。

主食…主にエネルギーのもとになる



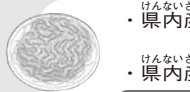
・安城産の「あいちのかおりSBL」を使用。

ごはん週3回以上



パン
週1回程度

・県内産小麦（きぬあかり）を20%使用
・米粉パンの米は安城産うるち米を80%使用



・県内産小麦（きぬあかり）をソフトめん20%、ラーメン50%使用
・県内産小麦（きぬあかり）をうどん・きしめん68%使用

ソフトめん・ラーメン・うどん・きしめん（月1～2回）

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



★保護者の方へ★

給食当番の順番が回ってきましたら、白衣の洗濯をお願いします。また、清潔なマスク、ナプキンの持参をお願いします。



学校給食の7つの目標

学校給食法第2条では学校給食の目標が次のように掲げられています。

- 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。
 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。
- 日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。
 日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。
- 学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。
 学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。
- 我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。
 我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。
- 食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。
 食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。
- 食料の生産、流通及び消費について、正しい理解を導くこと。
 食料の生産、流通及び消費について、正しい理解を導くこと。

おしらせ



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。

まいつき 19 には
「しょくいくのひ～おうちでごはんのひ～」です。

こんげつのきゅうしょくにとうじょうする
「あんじょうし」と「となりのし」でとれるたべもの



こめ



きゅうり



チンゲンサイ



にんじん



大豆



いちじくジャム

こんだては、きほんとして しゅさい、ふくさい、しるもの、デザートのはじめにかいてあります。ごはんにまぜるものやめんりょうりは、しゅしょくとしてさいしょにかいてあります。



不要になったら、リサイクルへ
雑がみとして出してください。

安城市は平成 24 年 6 月より独自に放射線測定装置を購入し、東日本を中心に 17 都県で生産された青果物を対象に検査を行っています。検査結果等につきましては市ホームページでご確認ください。また、主な食材の産地につきましても市のホームページにてご覧いただけます。