

4月 給食だより

2023年

●献立は、材料その他の都合により変更する場合があります。
 ●おはしは、毎日きれいに洗って持っていきましょう。
 ●👒 のついているものは手袋をして、はいぜんしましょう。
 ●17日(月)～21日(金)は、「ふるさとの食再発見週間」です。
 期間中の郷土料理、香川県産の食材には、下線を引いています。

★豊浜幼稚園
 ★豊浜小学校
 ★豊浜中学校

日曜	献立名 ★牛乳は毎日つきます		おもにエネルギーのもとになる食品(黄)		おもに体をつくる食品(赤)		おもに体の調子を整える食品(緑)		エネルギー kcal 幼小中
			穀類・いも類・砂糖	油脂	魚・肉・卵・豆・豆製品	牛乳・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物	
7金	イタリアンスパゲティ	チーズ入りひじきサラダ フライドポテト	スパゲティ さとう じゃがいも	あぶら	ベーコン ぶたにく ハム	ぎゅうにゅう う ひじき チーズ	にんじん ピーマン	にんにく たまねぎ エリンギ きゅうり キャベツ コーン	429 622 765
10月	麦ごはん	豚肉のしょうが焼き 野菜のごま酢あえ じゃがいもとたまねぎのみそ汁	こめ むぎ さとう じゃがいも	あぶら ごま	ぶたにく あぶらあげ	ぎゅうにゅう う	ねぎ にんじん	しょうが たまねぎ キャベツ きゅうり もやし しめじ	422 612 753
11火	レーズンパン	白身魚のチリソースかけ ごぼうのサラダ 野菜のスープ煮	パン でんぷん さとう じゃがいも	あぶら ごま	メルルーサ かまぼこ ソーセージ いんげんまめ	ぎゅうにゅう う	ねぎ にんじん	にんにく ごぼう れんこん きゅうり コーン だいこん たまねぎ レタス しめじ	477 692 851
12水	カレーライス	元気サラダ 小煮干しのレモン酢	こめ むぎ じゃがいも さとう	あぶら	ぶたにく ハム かつおぶし	ぎゅうにゅう う こんぶ かえりちりめん	にんじん トマト	たまねぎ エリンギ キャベツ きゅうり コーン レモン	452 655 806
13木	鮭わかめごはん	高野豆腐の卵とじ 野菜のポン酢しょうゆあえ 清見オレンジ	こめ むぎ じゃがいも さとう	あぶら	さけ こうやどう ふ とりにく たまご かつおぶし	ぎゅうにゅう う	にんじん さやいんげん こまつな	えだまめ たまねぎ ほししいたけ もやし キャベツ コーン きよみオレンジ	418 606 745
14金	ツナサンド	ミネストローネ きなこビーンズ ヨーグルト	パン マカロニ じゃがいも さとう	マヨネーズ あぶら	まぐろ ウインナー いんげんまめ だいず きなこ	ぎゅうにゅう う ヨーグルト	にんじん トマト	きゅうり たまねぎ セロリ エリンギ	462 670 824
17月	赤飯	鶏肉の塩こうじ焼き 食べて菜のおひたし 豆腐のみそ汁 お祝いデザート	こめ もちごめ こうじ ゼリー	ごま あぶら	あずき とりにく かつおぶし とうふ あぶらあげ	ぎゅうにゅう う わかめ	たべてな にんじん ねぎ	にんにく キャベツ もやし たまねぎ えのきたけ	466 675 830
18火	米粉パン	鮭のレモン酢漬け 野菜のドレッシングあえ ABCスープ	こめ パン じゃがいも さとう マカロニ	あぶら	さけ ハム ベーコン いんげんまめ	ぎゅうにゅう う	にんじん パセリ	レモン キャベツ もやし きゅうり コーン たまねぎ エリンギ	419 607 746
19水	ハヤシライス	キャベツとりんごのサラダ 青のりポテト	こめ むぎ さとう じゃがいも	あぶら ごま	ぶたにく ハム	ぎゅうにゅう う あおのり	にんじん	たまねぎ にんにく キャベツ きゅうり りんご	422 611 752
20木	全国味めぐり(香川県) ダイシモチ麦ごはん	さばのみそだれかけ 野菜のおかかあえ ふしめん汁	こめ ダイシモチ さとう でんぷん ふしめん	ごま	さば かつおぶし あぶらあげ	ぎゅうにゅう う ちりめんじゃこ わかめ	こまつな にんじん ねぎ	しょうが キャベツ たまねぎ えのきたけ	408 592 728

日曜	献立名 ★牛乳は毎日つきます		おもにエネルギーのもとになる食品(黄)		おもに体をつくる食品(赤)		おもに体の調子を整える食品(緑)		エネルギー kcal 幼小中
			穀類・いも類・砂糖	油脂	魚・肉・卵・豆・豆製品	牛乳・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物	
21金	バターロールパン	わかめうどん 豆腐ナゲット 野菜のゆず香あえ	パン うどん でんぷん さとう	あぶら	とりにく あぶらあげ かまぼこ とうふ かつおぶし	ぎゅうにゅう う わかめ こんぶ	にんじん ねぎ こまつな	ほししいたけ ほししいたけ しょうが ゆず	408 592 728
24月	24日 幼・小・中 給食なし (小・中 振替休日)								
25火	全粒粉パン	豚肉のアップルソースあえ ロメインレタスのサラダ 野菜のカレースープ煮	パン でんぷん こむぎ さとう じゃがいも	あぶら ごま	ぶたにく ウインナー いんげん まめ	ぎゅうにゅう う	ロメインレタス にんじん パセリ	しょうが りんご レモン キャベツ たまねぎ しめじ	457 663 815
26水	豚丼	大豆の磯辺揚げ もやしの甘酢あえ	こめ むぎ こんにやく さとう でんぷん	あぶら ごま	ぶたにく だいたい	ぎゅうにゅう う あおのり ちりめん じゃこ	にんじん ねぎ	たまねぎ えのきたけ もやし きゅうり	418 606 745
27木	麦ごはん	さわらの竜田揚げ 豚肉とひじきの煮物 切り干し大根のハリハリ漬け	こめ むぎ でんぷん こんにやく さとう	あぶら ごま	さわら だいたい ぶたにく あぶらあげ	ぎゅうにゅう う ひじき こんぶ	にんじん さやいんげん	ほししいたけ きりぼしだいこん きゅうり	442 640 787
28金	28日 幼・小・中 給食なし (小・中 遠足・修学旅行)								

ご入学・ご進級おめでとうございます

いよいよ新しい学年での生活がスタートしました。学校生活の充実のためには、何より健康が大切で、食事はその大きな基礎となります。
 学校給食は、栄養バランスのとれた食事です。子どもたちの健やかな成長を支えるとともに、食べ物の栄養や食事のマナーなどさまざまなことを学ぶ教材となるものです。地域でとれる新鮮な食材を取り入れ、安全や衛生に配慮しながら、心を込めておいしい給食作りに努めてまいります。
 毎日の給食をおいしく食べながら、いろいろなことを学び、元気に過ごしてほしいと思います。



保護者の方へ

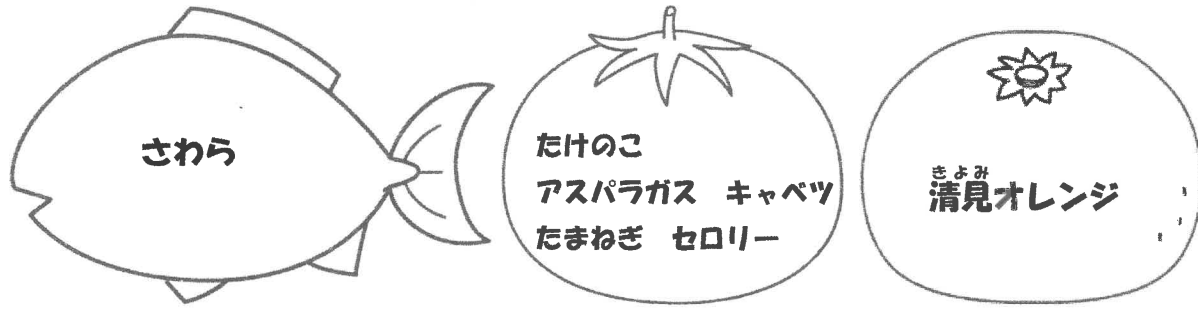
毎月の献立表は、ご家庭での食事作りの参考にご活用ください。また、給食で初めて食べた食品でアレルギー症状が出るケースがありますので、食べたことのない食品がある場合は、ご家庭で事前に食べてみることをおすすめします。

★給食ではR2年度より、香川県で生まれた砂糖「希少糖(レアシュガー)」を料理に取り入れています。

食育だより4月号

色とりどりの花が咲き始める季節となり、学校にも元気いっぱいの新入生を迎えて新年度が始まりました。期待に胸をふくらませているみなさんに、今年度も安心・安全はもちろんのこと、給食時間が待ち遠しくなるようなおいしい給食を提供できるよう努めてまいります。どうぞよろしくお願いたします。

しゅん あじ がつ つか しゅん しょくざい 旬の味 ~4月に使う旬の食材~

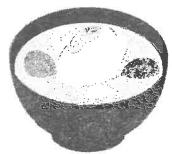


1 ぜんこくあじ 全国味めぐりについて

今年度の給食では、全国の郷土料理や特産物を紹介する「全国味めぐり」を実施します。郷土料理とは、その土地でとれた食材を活用し、その土地の風土に合った調理法によってつくられた料理のことで、受け継いでいきたい食文化の1つです。1学期は、私たちが住んでいる香川県から始まり、四国4県を巡っていく予定です。2学期からは、修学旅行で訪れる地域など、学習に関連する場所を考えています。給食を通して、全国のさまざまな食文化を学びましょう。

かがわけん きょうどりょうり とくさんぶつ ~香川県の郷土料理・特産物~

きょうどりょうり 郷土料理



香川県の郷土料理には、あんもち雑煮、いりこめし、しょうゆ豆、しっぽくうどん、百花の雪花（まんばのけんちゃん）などがあり、給食にもよく登場しています。今月は、同じく登場回数が多い「ふしめん汁」です。ふしめんとは、小豆島で多く生産されているそうめんの端の部分のことで、こしがあり、煮込んでも煮崩れしにくいのが特徴です。

とくさんぶつ 特産物



香川県の特産物では、県木のオリーブを飼料にしたオリーブはまちやオリーブ牛などが有名です。野菜や果物では、ブロッコリー、レタス、みかん、ぶどうなどが多く栽培されています。穀類では、善通寺市で生まれた「ダイシモチ麦」が新たな特産物として注目されています。給食では、20日に「ダイシモチ麦ごはん」として初登場します。お楽しみに！

2 がっこうきゅうしょく 学校給食について

学校給食の役割は、成長期にあたる児童生徒の心身の健全な発達のため、栄養バランスのとれた豊かな食事を提供することにより、望ましい食習慣と食に関する実践力を身につけるための教材として、重要な役割を担っています。

<p>学校給食の目標</p> <p>※「学校給食法」第2条より 抜粋・要約</p>	<p>1 適切な栄養の摂取 による健康の保持増進。</p> <p>健康</p>	<p>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。</p>	<p>3 明るい社会性と協同の精神を養う。</p>
<p>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。</p>	<p>5 食生活が多くの人々の勤労に支えられていることを理解し、感謝する。</p>	<p>6 伝統的な食文化を理解する。</p>	<p>7 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。</p>

がっこう しょくいく がっこうきゅうしょく ちゅうしん 学校の食育は学校給食を中心におこなわれます！

がっこう しょくいく がっこうきゅうしょく ちゅうしん
学校での食育は学校給食を教材に、給食の時間や各教科等の
がっこうきゅうしょく ちゅうしん
学校教育活動全体を通して行われます。

