

# 給食だより 4月

令和4年度

勝浦町学校給食センター

## ご入学・ご進級おめでとうございます



春のあたたかな陽気に包まれる中、新年度を迎えました。新入生のみなさんは、これから始まる学校生活に期待と不安でいっぱいのことと思います。引き続き、感染症予防対策をとりながらの給食時間となりますが、みなさんが安心して食べられ、楽しみにしてもらえる給食をめざして今年度もがんばります。どうぞよろしくお願ひします。

## 学校給食の役割

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健康の保持増進・体位の向上を図ります。



給食時間における準備から片付けの実践活動を通し、望ましい食習慣と食に関する実践力を身に付けます。



給食に地場産物を活用したり、郷土食や行事食を提供したりすることを通じ、地域の文化や伝統に対する理解と関心を深めます。



## 4月の献立紹介

- 12日(火)…進級と中1の入学をお祝いし、赤飯がついています。旬の若竹汁をそえて!
- 15日(金)…小1のはじめての給食です。まずは、食べやすいスパゲティから! 給食の雰囲気慣れ、好きになってくれるとうれしいです。
- 19日(火)…旬を迎えた新玉ねぎのみそ汁です。
- 22日(金)…春色サラダには、4~6月が旬のアスパラガスが!
- 26日(火)…旬のたけのこを使ったたけのこごはん! 春の香りがするかな~?
- 28日(木)…新玉ねぎをたっぷり使った新玉ねぎのすきやきです。

## 4月分学校給食予定献立表

日 (曜)	こ ん だ て 名			加味(食油) 知バク(食) しぼう(食)	血・骨・肉になる食品	体の調子を良くする食品	エネルギーになる食品
	主食	牛乳	おかず				
11 (月)	ごはん	牛乳	にくじゃが とさのゆずかあえ しこくゼリー	697 23.5 17.0	牛乳 ぎゅうにく さつ まあげ ちくわ けずり ぶし	にんじん たまねぎ こん にゃく えだまめ キャベ ツ こまつな ゆず酢	こめ じゃがいも あぶ ら サラダ油 さとう しこくゼリー
12 (火)	せきはん	牛乳	わかたけじる はもてんぶら こまつなとれんこんのご まあえ	684 29.0 23.6	牛乳 あずき わかめ と うふ かまぼこ こんぶ かつお はもてんぶら	たけのこ 薬ねぎ こま つな れんこん もやし	せきはん 白ごま あぶ ら さとう 白ごま
13 (水)	むぎごはん	牛乳	まあほうとうふ パンパンジー	641 29.2 19.4	牛乳 とうふ ぶたにく みそ とりにく	たまねぎ にんじん たけ のこ ほししいたけ 薬ね ぎ しょうが にんにく ぎゅうり キャベツ	こめ おしむぎ あぶら さとう でんぶん ごま油 神々鶏ドレッシング
14 (木)	ごはん	牛乳	さつまじる とりのゆずしょうゆやき きゅうりのかおりづけ	656 26.8 20.5	牛乳 ぶたにく あぶら あげ みそ とりにく	にんじん ごぼう こん にゃく はくさい こま つな ゆず きゅうり	こめ さつまいも さと う ごま油
15 (金)	コッペパン いちごジャム	牛乳	ミートソースパググティ りっちゃんのにげきサラダ プリン	751 26.5 24.5	牛乳 ぎゅうにく ぶた にく ハム こんぶ け ずりぶし	たまねぎ にんじん マッ シュルーム グリンピース にんにく キャベツ コーン ゆず	コッペパン ジャム ス パググティ あぶら さ とう
18 (月)	とりにくとレン ズまめのカレー	牛乳	ハムとコーンのサラダ ふくしんづけ	729 25.8 20.8	牛乳 とりにく レンズ まめ ハム	たまねぎ にんじん えだ まめ トマト にんにく コーン キャベツ こまつ な ふくしんづけ	こめ じゃがいも あぶ ら ごまドレッシング
19 (火)	ごはん	牛乳	しんたまのみそしる わふうおろしハンバーグ キャベツのすだちすあえ	637 25.5 18.6	牛乳 ちくわ とうふ みそ ハンバーグ	たまねぎ しいたけ に んじん 薬ねぎ だいこ ん キャベツ すだち	こめ 白ワイン
20 (水)	ごはん	牛乳	だいすいりきんぴら さわらのなんばんづけ わかめふりかけ	733 28.6 23.5	牛乳 ぶたにく さつま あげ だいす さわら わかめふりかけ	ごぼう にんじん こん にゃく たけのこ たま ねぎ 薬ねぎ	こめ 白ごま さとう ごま油 でんぶん あぶ ら
21 (木)	ピピンバ	牛乳	ちゅうかスープ	647 28.7 20.6	牛乳 ぎゅうにく とりに く みそ ★たまご とり にく とりにく ベーコン とうふ	しょうが にんじん も やし こまつな はくさい チンゲンサイ	こめ おしむぎ さとう ごま油 白ごま
22 (金)	コッペパン チョコペースト	牛乳	ポークビーンズ はるいろサラダ	691 27.2 25.0	牛乳 チョコ ぶたにく ベーコン だいす ハ ム	たまねぎ にんじん パ セリ トマト キャベツ アスパラガス コーン	コッペパン じゃがいも バター さとう なま クリーム ドレッシング
25 (月)	ごはん	牛乳	ひじきのにもの てづくりコロック ポイルキャベツ	687 23.1 19.3	牛乳 とりにく ひじき さつまあげ あぶらあげ だいす ぎゅうにく ぶた にく	にんじん たまねぎ コーン キャベツ	こめ あぶら さとう じゃがいも こむぎこ パンこ
26 (火)	たけのこごはん	牛乳	えのきのすましじる いわしのフライ キャベツとちくわのカ レーマヨあえ	694 29.4 24.6	牛乳 あぶらあげ こんぶ かつお とうふ かまぼ こ いわしのフライ ちく わ	たけのこ えだまめ に んじん えのきたけ 薬 ねぎ キャベツ	こめ あぶら ノンエッ グマヨネーズ
27 (水)	ごはん	牛乳	あつあげのちゅうかうに ナムル	685 27.7 24.3	牛乳 ぶたにく 厚揚げ みそ ハム	たまねぎ にんじん 厚ん しめじ えだまめ 薬ねぎ しょうが にんにく も やし こまつな	こめ でんぶん あぶら 白ごま ごま油 さと う
28 (木)	ごはん	牛乳	しんたまねぎのすきやき きゅうりとわかめのすの もの	651 24.9 19.5	牛乳 ぎゅうにく やき とうふ わかめ ちりめ ん	こんにゃく しいたけ た まねぎ にんじん はくさい ねぎ きゅうり ゆず	こめ 麩 あぶら 白ご ま さとう

※ 栄養価は小学校(中学年)の摂取基準量に基づいております。材料購入、その他理由における変更をご了承ください。

