

4月 の予定献立表

※材料、そのほかの都合により献立を変更することがあります。
※魚、肉類(鶏・牛・豚)など骨がある食材や丸くてツルツルした食材はよくかんで気を付けて食べましょう
※食物アレルギーのある児童生徒は、給食を食べる前に別紙の「アレルギー献立表」で
内容を必ず確認しましょう。家庭・学校においても毎日確認してください。

食品群	体内ではたらく
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子をととのえる

学校給食の 栄養基準量		E=エネルギー	P=タンパク質	F=脂質
小学校		650 kcal	21.1~32.5g	14.4~21.7g
中学校		830 kcal	27.0~41.5g	18.4~27.7g

こ ん だ て	入学・進級おめでとう 新年度が始まりました。ご入学・ご進級おめでとうございます。4月は、新しい生活への期待に胸を膨らませる一方で、環境が変わり、疲れやストレスがたまりやすくなる時期でもあります。夜は早めに寝て、朝食をしっかり食べてから登校することが大切です。 今年度も、安心・安全でおいしい給食を提供できるよう職員一丸となって取り組んでまいります。学校給食へのご理解・ご協力のほど、よろしくお願い致します。		お知らせ 小学校1年生の保護者の方 小学校へ入学すると学校給食が始まります。学校給食に慣れるために10日(木)から11日(金)までは、補食給食となります。その間は栄養面で十分ではありませんので家庭で補って頂きますようお願いいたします。		9日(水)入学式のため給食なし 10日(木) 牛乳、いちごショコラケーキ、ベビーチーズ 11日(金) なかよしパン、イチゴジャム、パインゼリー 14日(月)完全給食開始 ※アレルギーは1年生用献立表をご覧ください
	今月の給食目標 小学校: 食事を楽しくするマナーを身につける。 中学校: 基本のマナーを身につける	今月の糸満市産の野菜 人参・小松菜・キャベツ きゅうり	9(水) 新学期 とろける豆乳プリン あおなチャンプルー しそごはん イナムドウチ	10(木) 食事マナー おいしいショコラ ちくさやき ごはん おきなわふうにつけ	11(金) 手洗い チキンとやさいのガーリックソテー こくとうパン ミネストローネ
こ ん だ て	14(月) よい姿勢 フルーツポンチ ごはん やさいたっぷり カレー	15(火) 食べ物のはたらき ぶたにくとごぼう のあまからに ごはん ジャがいものみそしる	16(水) 食事のあいさつ さかなフライ ごはん ぶたにくとしらたきいため	17(木) カルシウムたっぷり小魚 ゴマなしミニフィッシュ にんじんシリシリー ごはん ちゃんこじる	18(金) にんじんのひみつ わふうドレッシング にんじんのツナあえ コッペパン やさいのとうにゅうに
こ ん だ て	21(月) 食物アレルギーって何? シークワーサータルト こくさん ささみカツ こんさいミートスパゲティ	22(火) 栄養たっぷりひじき ひじきのちゅうかのいため ごはん はくさいとミートボールのスープ	23(水) 朝ごはんを食べよう カレーそば ごはん やさいスープ	24(木) ヌチグスイ(命の薬) シブインブシー ごはん シカムドウチ	25(金) きのこの力 ハンバーグのきのこソースかけ バーガーパン クラムチャウダー
こ ん だ て	28(月) 盛り付け方を工夫しよう あげぎょうざ あまずあんかけ ごはん やさいたっぷり まーぼ	 糸満市立学校給食センターHPでレシピも掲載中!		給食には、たくさんの学びが詰まっています…… 栄養バランス、食品の種類や特徴、感謝の心、食料の生産・流通・消費、ふるさとの食文化、よりよい人間関係の形成、食事の喜び・楽しさ、世界の食文化、食に関する知識・理解・関心、日本の伝統行事と行事食	

「学校給食」は **生きた教材** です!

学校給食は、「学校給食法」に基づき実施されるもので、栄養バランスのとれた食事を提供することにより、成長期にある子どもたちの健康の保持、増進を図るとともに、望ましい食習慣と食に関する実践力を身に付けることなどを目的としています。単なる食事ではなく、教育の一環に位置付けられています。

みだしなみ
整っていますか?

★ 給食費 ★

保護者の皆様にご負担頂く給食費は材料費のみに使用させていただいています。
今年度4月からの給食費に関しては後日お知らせいたします。ご理解とご協力をお願いいたします。

給食時間の約束

茶わんや汁わんは手に 持って食べよう	好ききらいをしないで 食べよう	口に食べ物を入れたまま 話さないようにしましょう
食べている途中で立ち 歩かないようにしましょう	食事中にきたない話は やめよう	よくかんで楽しく 食べよう

