

# 4月給食たより

## ご入学・ご進級おめでとうございます

春のやわらかな日差しが心地よい季節となりました。今年度も、毎日の給食時間が心待ちになるような、おいしく魅力ある給食作りに努めていきたいと思っております。学校給食へのご理解・ご協力のほど、よろしくお願いいたします。

### 給食から学べること

- 健康によい食事のとり方
- 地域の産業
- 伝統行事や行事食
- 環境への配慮
- 日本や世界の食文化
- 感謝の心 など



### 給食当番の決まりを守ろう



みんなが給食を安心して食べられるよう、給食当番は決まりを守って、協力して準備や後片付けをしましょう。



<p>トイレは身じたくを 整える前に済ませる。</p>	<p>爪は短く切っておく。</p>	<p>手はせっけんで きれいに洗い、 清潔なハンカチや タオルでふく。</p>	<p>体調が悪い人、 手や指にけがをして いる人は、先生に 相談する。</p>
<p>清潔な給食着を 身につける。</p> <p>★給食着を床に置いて着替 えたり畳んだりしない。</p>	<p>髪の毛は帽子や三角巾に しっかりしもう。</p> <p>★髪が長い人は結んでおく。</p>	<p>マスクで鼻と口を おおう。</p>	
<p>重いもの、熱いものは 協力して運ぶ。</p>	<p>食缶や食器がごなどを 床に置かない。</p>	<p>一人分の量を考えて 丁寧に盛り付ける。</p> <p>30人分なら… 10人分</p>	<p>汁物は底から混ぜて 具を均等に 盛り付ける。</p>

#### 今年度の給食担当者

- ★ 給食主任：有沢
- ★ 栄養教諭：関口
- ★ 調理員：澤武、前里、夏野、江畑、山形

楽しい給食の時間に  
なるよう協力してがん  
ばります。





# 4月こんだてひょう



※木の実類、ピーナッツ、そば、たらこ、いくら、キウイフルーツは給食に出ません。

舟橋村立舟橋小学校

	主食	牛乳	こんだて	使用している食品							
				【赤】血や肉や骨をつくる		【緑】体の調子を整える		【黄】熱や力になる			
				1群	2群	3群	4群	5群	6群		
7	火		しぎょうしき								
8	水		にゅうがくしき								
9	木	ごはん	ウインナー はなやさいサラダ カレーライス	ウインナー ぶたにく	ぎゅうにゅう チーズ	ブルーン プロッコリー にんじん	レモン カリフラワー とうもろこし にんにく しょうが たまねぎ	ごはん じゃがいも		ドレッシング あぶら	
10	金	しょくパン	ハンバーグケチャップソースがけ フリルレタスのサラダ じゃがいものコンソメに	ぶたにく とりにく かまぼこ	ぎゅうにゅう	フリルレタス にんじん	きよみオレンジ きゅうり たまねぎ キャベツ	しょくパン でんぶん じゃがいも	さとう	あぶら カレウチソース	
13	月	ごはん	にくシューマイ ナムル マーボー豆腐	だいずこ あかみそ ぶたひきにく	ぎゅうにゅう	にら にんじん	もやし たまねぎ ほししいたけ たけのこ しょうが にんにく ねぎ	ごはん パンこ さとう でんぶん	こむぎこ みずあめ でんぶん	ごま ごまあぶら あぶら	
14	火	ごはん	あかうおのこうみやき ココロサラダ みそにこみ	あかうお みそ あつあげ	ぎゅうにゅう	さやいんげん にんじん	きゅうり だいこん しょうが にんにく ごぼう	ごはん じゃがいも こんにゃく	さとう	ごまあぶら カレウチソース あぶら	
15	進級・入学お祝い献立			かまぼこ							
15	水	ごもく ごはん	しろみさかなフライ おひたし すましじる おいわいデザート	ホキ とうにゅう うすあげ	ぎゅうにゅう	こまつな にんじん	えのきたけ ねぎ いちご キャベツ とうもろこし ごぼう ほししいたけ	ごはん パンこ さとう こむぎこ	でんぶん みずあめ	あぶら	
16	木	ごはん	とりにく なのはなあえ はるさめスープ	だいず とりにく ベーコン	ぎゅうにゅう	はばな にんじん	キャベツ ねぎ はくさい ほししいたけ	ごはん さとう はるさめ	でんぶん	あぶら	
17	金	ごはん	さんまのみぞれに しょうがびたし にくじゃが	さんま ぶたにく	ぎゅうにゅう	こまつな さやいんげん にんじん	だいこん しょうが たまねぎ キャベツ	ごはん じゃがいも こんにゃく	さとう	あぶら	
20	月	ごはん	あつやきたまご ゆかりあえ すきやき	たまご やきどうふ ぶたにく	ぎゅうにゅう	あかしそ にんじん	はくさい きゅうり もやし ねぎ えのきたけ	ごはん こんにゃく さとう じゃがいも	でんぶん ふ	あぶら	
21	火	ごはん	あじフライ ごぼうサラダ ポテトスープ	あじ ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん	ごぼう きゅうり たまねぎ しめじ	ごはん こむぎこ じゃがいも	パンこ	あぶら カレウチソース ごま	
22	水	ごはん	ぶたにくのしょうがいため きざみあえ こうや豆腐のふくめに	ぶたにく こうや豆腐 さつまあげ	ぎゅうにゅう	にんじん	しょうが たまねぎ キャベツ きゅうり だいこん	ごはん じゃがいも こんにゃく	さとう	あぶら	
23	木	たけのこ ごはん	あげししゃも ひじきあえ けんちんじる	うすあげ あつあげ	ぎゅうにゅう ししゃも ひじき かんてん	こまつな にんじん	たけのこ とうもろこし ねぎ きゅうり だいこん ほししいたけ	ごはん でんぶん こんにゃく	さとう	あぶら	
24	金	ミニ コッペパン	にくだんごのあますあん フルーツポンチ やきそば	だいずこ とりにく ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん	パインアップル もやし ぶどう もも みかん たまねぎ キャベツ	コッペパン ちゅうかめん みずあめ さとう パンこ		あぶら	
25	土	ごはん	いわしのしょうがあじ プロッコリーのごまだれ だいずのいそに	いわし あつあげ ぶたにく	ぎゅうにゅう ひじき	にんじん さやいんげん フリルレタス	しょうが	ごはん じゃがいも こんにゃく でんぶん	さとう	ごま あぶら	
27	月	ごはん	てりやきチキン わかめサラダ はるやさいチャウダー	とりにく だいずこ ベーコン	ぎゅうにゅう わかめ だっしるんにゅう	こまつな にんじん	きゅうり もやし たまねぎ キャベツ	ごはん さとう でんぶん じゃがいも	ごまあぶら		
28	火	ごはん	とんかつのあまからに たくあんあえ みそしる	ぶたにく だいずこ あつあげ みそ	ぎゅうにゅう	にんじん	たくあん もやし きゅうり ねぎ たまねぎ	ごはん パンこ じゃがいも	でんぶん さとう	あぶら ごま	
30	こどもの日献立			かまぼこ							
30	木	ちゅうか おこわ	おさかなフライ すのもの かきたまじる かしわもち	たまご だいずこ ベーコン あずき	ぎゅうにゅう	こまつな にんじん	たけのこ ほししいたけ もやし キャベツ ねぎ えのきたけ たまねぎ	ごはん こめこ さとう パンこ でんぶん こむぎこ	みずあめ	ごまあぶら あぶら	

※ 学校の行事等や作物の収穫状況によってこんだてを変更することがありますのでご了承ください。