



2024年

# 4月 こんだて表



美深町学校給食センター

黄色の食品		熱や力のもとになる		赤色の食品		血や肉になり、体をつくる		緑色の食品		体の調子をととのえる	
月		火		水		木		金			
☆ 今月の食材 ☆		9	小 687 kcal 中 797 kcal	10	小 617 kcal 中 711 kcal	11	小 621 kcal 中 719 kcal	12	小 677 kcal 中 783 kcal		
・椎茸、豆腐 ⇒ 名寄丘の上学園 ・かぼちゃチーズコロッケ ⇒ 美深振興公社 ・モッツアレラチーズ ⇒ 北牛舎 ・お米 ⇒ 風連有機生産組合		・塩野菜ラーメン ・牛乳 ・ポテトと肉団子のケチャップ煮 黄 ラーメン・あぶら・じゃがいも・バター・ソース・さとう 赤 牛乳・ぶたにく・なると・ミートボール 緑 メンマ・長ネギ・もやし・にんじん・たまねぎ・はくさい・ピーマン		・ブルコギ丼 ・牛乳 ・みそ汁（大根、油揚げ） 黄 ごはん・ごまあぶら・さとう 赤 牛乳・ぶたにく・みそ・あぶらあげ 緑 ビーマン・もやし・たまねぎ・にんじん・だいこん		・ごはん ・牛乳 ・みそ汁（じゃがいも、わかめ） ・ほっけの塩こうじ焼き ・五目きんぴら 黄 ごはん・じゃがいも・あぶら・さとう・しらたき・ごま 赤 牛乳・わかめ・みそ・ホッケ・ぶたにく・さつまあげ 緑 ごぼう・にんじん・いんげん		・ごはん ・牛乳 ・お吸い物（野菜つみれ） ・鶏肉の梅パン粉焼き ・さつまいもとひじきの煮物 黄 ごはん・あぶら・さとう・こんにやく・さつまいも 赤 牛乳・つみれ・とりにく・たまご・ひじき・さつまあげ 緑 長ネギ・しいたけ・にんじん・いんげん			
15	小 500 kcal 中 576 kcal	16	小 560 kcal 中 637 kcal	17	小 717 kcal 中 831 kcal	18	小 674 kcal 中 734 kcal	19	小 690 kcal 中 801 kcal		
・ごはん ・牛乳 ・みそ汁（豆腐、長ネギ） ・いわしの生姜煮 ・きゃべつの甘酢和え 黄 ごはん・さとう・ごま 赤 牛乳・とうふ・あぶらあげ・みそ・いわし・わかめ 緑 長ネギ・きゃべつ		・みそラーメン ・牛乳 ・ブロッコリーとベーコンのサラダ ・オレンジゼリー 黄 ラーメン・あぶら・ドレッシング・ゼリー 赤 牛乳・ぶたにく・ベーコン 緑 メンマ・たまねぎ・もやし・ほうれんそう・ブロッコリー・きゃべつ・コーン		・ポークカレー ・牛乳 ・フルーツのヨーグルトあえ 黄 ごはん・じゃがいも・ルウ・あぶら・さとう・ソース 赤 牛乳・ぶたにく・チーズ・ヨーグルト 緑 にんじん・たまねぎ・みかん缶・黄桃缶・洋梨缶・りんご缶		・スライスパン ・牛乳 ・コーンポタージュ ・ハンバーグソースかけ ・海藻サラダ 黄 スライスパン・バター・ソース・さとう・ドレッシング 赤 牛乳・ハンバーグ・わかめ・こんぶ 緑 コーン・たまねぎ・にんじん・パセリ・きゅうり・きゃべつ		・ごはん ・牛乳 ・みそ汁（白菜、生揚げ） ・鮭の香味揚げ ・切り干し大根の油炒め 黄 ごはん・ごま・あぶら・天ぷら粉・さとう 赤 牛乳・なまあげ・鮭・ぶたにく・さつまあげ・ひじき 緑 はくさい・だいこん・にんじん			
22	小 618 kcal 中 691 kcal	23	小 653 kcal 中 753 kcal	24	小 641 kcal 中 743 kcal	25	小 747 kcal 中 846 kcal	26	小 652 kcal 中 735 kcal		
・ごはん ・牛乳 ・わかめスープ ・焼ききょうざ（小2ヶ、中3ヶ） ・中華風サラダ 黄 ごはん・はるさめ・さとう・ごまあぶら 赤 牛乳・わかめ・きょうざ・ハム・たまご 緑 はくさい・長ネギ・コーン・きゅうり・にんじん・みかん缶		・五目うどん ・牛乳 ・かぼちゃチーズコロッケ ・ヨーグルト 黄 うどん・あぶら・ソース・かぼちゃ 赤 とりにく・あぶらあげ・チーズ・ヨーグルト 緑 にんじん・だいこん・しいたけ・ごぼう・長ネギ		・ホイコーロー丼 ・牛乳 ・いも団子汁 黄 ごはん・さとう・あぶら・ごまあぶら・じゃがいも・かたくりこ 赤 牛乳・ぶたにく・あぶらあげ・みそ 緑 きゃべつ・ピーマン・長ネギ・しょうが・にんにく・だいこん		・ごはん ・牛乳 ・お吸い物（鶏団子） ・鶏肉のカレー揚げ ・豚肉と大根の煮物 黄 ごはん・さとう・あぶら・こんにやく・さとう 赤 牛乳・とりにく・ぶたにく・がんもどき 緑 長ネギ・しいたけ・だいこん・にんじん・いんげん		・ごはん ・牛乳 ・豚汁 ・さばのみそ煮 ・白菜のなめ茸和え 黄 ごはん・じゃがいも・こんにやく 赤 牛乳・ぶたにく・とうふ・さば・のり・みそ 緑 にんじん・たまねぎ・だいこん・長ねぎ・ごぼう・ほうれん草・はくさい・なめたけ			
29	昭和の日	30	小 530 kcal 中 610 kcal								
 4月平均栄養価 たん白質 25.4g 28.8g 脂質 19.0g 20.9g 食塩相当量 2.5g 3.0g		・豚骨ラーメン ・牛乳 ・ささみと野菜の梅サラダ 黄 ラーメン・あぶら・さとう・ごまあぶら 赤 牛乳・ぶたにく・なると・とりにく・のり 緑 長ネギ・メンマ・にんじん・はくさい・きくらげ・しょうが・ブロッコリー・きゅうり		<div data-bbox="702 1366 1500 1433"> <h2>「学校給食」は <b>生きた教材</b> です！</h2> </div> <p>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、成長期にある子供たちの健康の保持・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させ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、以下の7つの目標を達成することを目指しています。</p> <div data-bbox="702 1657 1500 1724"> <h3>学校給食の目標（「学校給食法」第2条より）</h3> </div> <ol style="list-style-type: none"> <li>適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。</li> <li>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。</li> <li>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。</li> <li>食生活が自然の恩恵の上になり立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。</li> <li>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。</li> <li>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。</li> <li>食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。</li> </ol>							

学校給食は、子供たちの成長を考慮して、エネルギーや栄養のバランスを考え、旬の食材や地場産物を取り入れて作っています。また、安心安全な給食を提供できるように細心の注意をはらっています。今年も1年間、よろしくお願いいたします。

**入学・進級おめでとう**

