

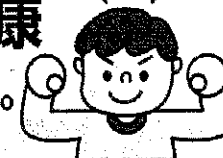
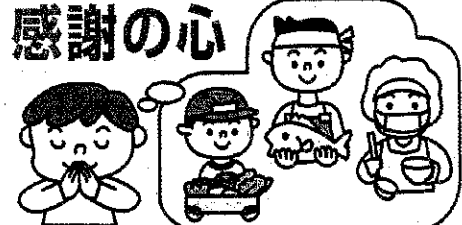
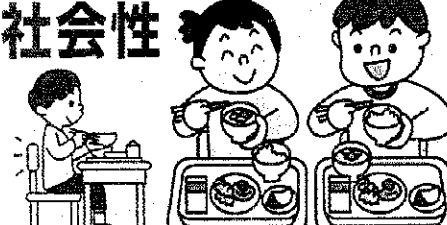
給食だより 4月号

令和5年度
明峰小学校

ご入学・ご進級おめでとうございます

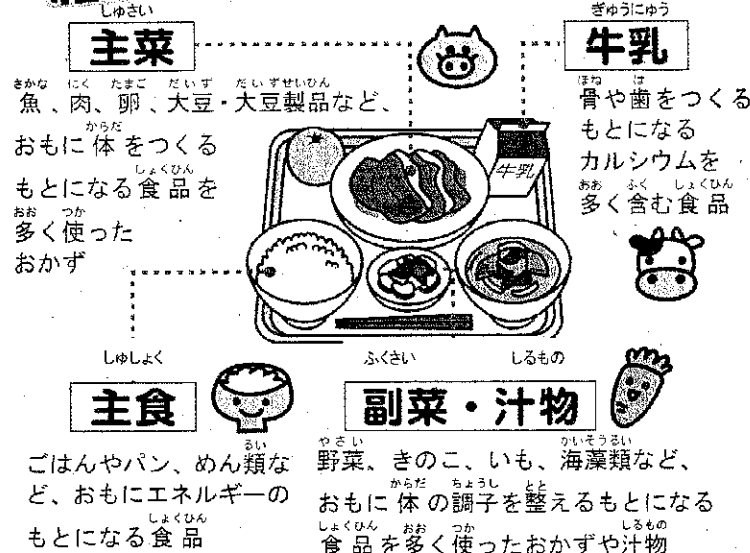
彩り豊かな花々が咲き誇る中、元気いっぱいの新入生を迎え、新しい1年がスタートしました。今年度も安全安心な給食を提供できるよう、心を込めて美味しい給食作りに努めてまいります。1年間よろしくお願いいたします。

給食等を通して学び、身に付けたいこと (食育の視点)

食事の重要性  食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。	心身の健康  心身の成長や健康の保持増進の上で、望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。	食品を選択する能力  正しい知識・情報に基づいて、食品の品質及び安全性等について自ら判断できる能力を身に付ける。
感謝の心  食べ物を大事にし、食料の生産等に関わる人々へ感謝する心をもつ。	社会性  食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付ける。	食文化  各地域の産物、食文化や食に関わる歴史等を理解し、尊重する心をもつ。

給食は、栄養バランスの良い食事のお手本です！

出典：文部科学省『食に関する指導の手引—第二次改訂版—』(H31.3)



やってみよう！できるかな？
給食当番の身支度チェック

- ☐ ぼうしに
かみの毛を
きちんと
入れている
(長い髪の毛は
結んでいる)

☐ 決まった番号
の清潔な白衣
を着ている

☐ マスクは
鼻まで
おおっている

☐ つめを短く
切っている

☐ 石けんで手を
きれいに洗い、
アルコール消毒
をしている
- ★給食当番の際、体調が優れない場合は、担任の先生に申し出てください。



4 月 分 学 校 給 食 予 定 献 立 表



【目標】給食のきまりを身につけよう

令和5年度

所沢市立明峰小学校

日	曜日	献立名	(黄)主にエネルギーのもとになる食品	(赤)主に体を作るもとになる食品	(緑)主に体の調子を整えるもとになる食品	エネルギー kcal	たんぱく質 g
12	水	さくらちらしずし 牛乳	さわらのさいきょうやき こうやどうふのごますあえ わかたけじる	こめ さとう あぶら ごま	牛乳 かまぼこ とうふ あぶらあげ きんしたまご さわらのさいきょうづけ とりくに わかめ こうやどうふ	560	29.2
13	木	ナン コーヒーマルク	イカフライ みずなのサラダ ポークビーンズ	ナン こむぎこ パンこ あぶら さとう	コーヒーマルク だいず ベーコン ツナ イカ ぶたにく	656	31.8
14	金	ごはん 牛乳	しおぶたどん キャベツのあさづけ いものこじる	こめ あぶら かたくりこ さといも	牛乳 ぶたにく とりくに あぶらあげ とうふ こんぶ	584	29.0
17	月	スパゲティ 牛乳	ミートソース つばみサラダ	スパゲティ あぶら さとう	牛乳 ぶたにく チーズ ツナ	595	27.7
18	火	ごまごはん 牛乳	さけのあまからあげ ほうれんそうのうめじようゆあえ とんじる	こめ ごま かたくりこ あぶら さとう さといも	牛乳 さけ ぶたにく とうふ みそ ちくわ あぶらあげ	636	27.4
19	水	ごはん 牛乳	タコライス かぶとみずなのコンソメスープ はくとうゼリー	こめ あぶら さとう パンこ ぎょうざのかわ マカロニ	牛乳 ぶたにく とりくに たまねぎ しょうが にんにく きゅうり にんじん キャベツ セロリ かぶ みずな もも	605	21.4
20	木	1年生給食開始 わかめごはん 牛乳	とりにくのからあげ アスパラのおかかあえ はるキャベツのみそしる	こめ あぶら かたくりこ さとう	牛乳 わかめ とりくに ちくわ とうふ みそ かつおぶし あぶらあげ	572	24.9
21	金	はちみつレモン トースト 牛乳	ごぼうサラダ はるのポトフ	パン バター はちみつ じゃがいも さとう あぶら ごま マヨネーズ	牛乳 ウィナー ハム とりにく ひよこまめ	598	21.4
24	月	ちゅうかめん 牛乳	もやしラーメン あげぎょうざ ブロッコリーのにんにくじようゆあえ	ちゅうかめん かたくりこ あぶら ぎょうざ	牛乳 ぶたにく ねぎ チンゲンサイ しょうが にんにく にんじん もやし きくらげ ブロッコリー	605	23.2
25	火	ごはん 牛乳	カレーライス ふくじんづけ ヨーグルト	こめ むぎ じゃがいも あぶら こむぎこ バター さとう	牛乳 ぶたにく ヨーグルト	668	23.7
26	水	こどもパン スライス 牛乳	ハムかつ こんさいのソテー こまつなのコンソメスープ	パン こむぎこ パンこ あぶら むぎ バター	牛乳 ハム ベーコン とりにく	638	23.2
27	木	ごはん 牛乳	ちゅうかどん だいこんとにらのちゅうかスープ あまなつ	こめ さとう あぶら かたくりこ はるさめ	牛乳 ぶたにく かまぼこ うずらたまご とうふ	570	24.0
28	金	シュガーあげパン 牛乳	ツナマカロニサラダ はるやさいのクリームに	パン さとう あぶら こむぎこ バター マカロニ	牛乳 とりくに ツナ スキムミルク	652	21.9
平 均						611	25.3

☆ 材料入荷の都合により献立が変更になることがあります。予めご了承ください。

☆ 給食セット(はし・マスク・ナプキン)は毎日持たせてください。

給食が始まります！

いよいよ新年度が始まりました。今年度は、2～6年生が4月12日(水)、1年生が4月20日(木)から給食が開始となります。
給食室では、安心安全で、給食時間が待ち遠しくワクワクするような美味しい給食を、9人の調理員と1人の栄養教諭で心を込めて作ります。

給食室スタッフ紹介

1年間
よろしくお願いします



保護者の皆様へのお願い

給食セットについて

清潔な給食セット(マスク入れ・ランチマット・箸・給食用ハンカチ・ティッシュ)を持ってくるください。

必ずすべてに記名してください。

マスク入れ: 給食を食べる間、マスク入れにマスクをしまします。ビニール袋やチャック付きポリ袋をご用意ください。

清潔な給食袋でも構いません。

ランチマット: 1枚しかない場合は、タオルやバンダナのようなもので代用してください。

箸: ケースだけでなく、箸1本1本に記名してあるかを確認し、毎日忘れずに持たせてください。

給食着について

給食当番をする際に身につけた後、週末に各家庭へ持ち帰り、洗濯します。次週次の当番の児童がそれを使用します。

ご協力よろしくお願いします。

給食費

1ヶ月4210円です(引き落としに別途10円の手数料がかかります)。食材の購入のために大切にに使わせていただきます。

今年度もご理解・ご協力をよろしくお願いいたします。

