

4月こんだてカレンダー

笹岡小学校
平成28年4月


| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|---|--|--|---|--|
|  <p>入学・進級おめでとうございます!</p> | | 6日 kcal g 始業式 | 7日 kcal g 入学式 | 日 エネルギー たんぱく質 献立名 |
| | | | | おもに体を作る食品 |
| | | | | おもに熱や力になる食品 |
| | | | | おもに体の調子を整える食品 |
| 11日 652 kcal 25.1 g ごはん キャベツいりメンチカツ きくらげのあえもの あつあげのみそしる やさしいりかけ 牛乳 | 12日 740 kcal 21.7 g カレーライス ツナサラダ ふくじんづけ フルーツミックス 牛乳 | 13日 621 kcal 16.5 g 三ツ星給食 わかめごはん とりのからあげ たまごやき はるさめサラダ ミニトマト・むぎちや | 14日 684 kcal 27.8 g ごはん さけのみそマヨネーズやき こまつなのごまびたし とんじる デザート 牛乳 | 15日 646 kcal 27 g こめこバーガーパン エビカツ かいそうサラダ ワントンスープ 牛乳 |
| 牛乳 うちまめ あつあげ みそ ぶたにく とりにく やきぶた | 牛乳 ぶたにく ツナ | ぶたにく たまご ハム わかめ | 牛乳 ぶたにく とうふ さけ みそ | 牛乳 えび ぶたにく なた わかめ |
| 米 さとう あぶら | 米 あぶら じゃがいも ルウ | 米 あぶら はるさめ | 米 あぶら じゃがいも ごま | パン さとう あぶら ワンタン |
| にんじん だいこん はくさい きゃべつ たまねぎ もやし ほうれんそう きくらげ | たまねぎ にんじん きゃべつ コーン みかん もも パイン | きゃべつ にんじん ミニマト フロッコリー | にんじん ごぼう だいこん つきこんにやく ねぎ もやし こまつな いちご | にんじん メンマ もやし ユン きくらげ しいたけ こまつな ねぎ ほうれんそう きゅうり |
| 18日 705 kcal 28.5 g ごはん さばのみそに ごぼうサラダ かきたまじる フルーツ 牛乳 | 19日 596 kcal 22.1 g たけのこごはん こんさいのつくねやき ごまあえ じゃがいものみそしる 牛乳 | 20日 668 kcal 28.6 g ごはん いかのいそペフライ チキンサラダ はるやさいのにも 牛乳 | 21日 710 kcal 29.7 g ごはん はっぼうさい にくしゅうまい ちゅうかきゅうり 牛乳 | 22日 687 kcal 25.8 g おおむぎめん さんさいじる えびいかかきあげ ほうれんそうのおひたし デザート 牛乳 |
| 牛乳 とうふ たまご さば みそ | 牛乳 とりにく あぶらあげ わかめ みそ | 牛乳 ぶたにく あつあげ いか とりさきみ あおのり | 牛乳 ぶたにく いか えび うずらのたまご ぶたにく | 牛乳 とりにく あぶらあげ なた えび いか |
| 米 あぶら ごま | 米 さとう じゃがいも ごま | 米 さとう あぶら じゃがいも | 米 さとう あぶら ごま | めん あぶら |
| にんじん ねぎ なら ごぼう きゅうり きゃべつ オレンジ | たけのこ にんじん しめじ ねぎ ほうれんそう もやし れんこん さといも ごぼう | たけのこ にんじん ふき ぜんまい こんにやく きぬさや ほうれんそう きゃべつ | にんじん はくさい たまねぎ たけのこ きくらげ きゅうり ちんげんさい | にんじん しいたけ たまねぎ たけのこ わらび はくさい ねぎ ほうれんそう りんご |
| 25日 623 kcal 23.1 g ツナピラフ ミートボール なつみかんサラダ レタススープ 牛乳 | 26日 685 kcal 28.4 g ごはん さわらのこめこカツ のりあえ にくじゃが 牛乳 | 27日 714 kcal 26.3 g ごはん マーボーどうふ えびのすいしょうつつみ アーモンドキャベツ 牛乳 | 28日 656 kcal 23.8 g ゆかりごはん しのだに カレーもやし にくだんごとはくさいのスープ デザート 牛乳 | 29日 kcal g 昭和の日 |
| 牛乳 ツナ とりにく べーコン ぶたにく | 牛乳 ぶたにく さわら のり | 牛乳 ぶたひきにく とうふ えび みそ | 牛乳 ぶたにく ハム とりにく | 《今月の地場産物》 米・みそ・ とうふ |
| 米 あぶら | 米 あぶら じゃがいも | 米 さとう あぶら アーモンド | 米 はるさめ いちごジャム | |
| にんじん たまねぎ コーン マッシュルーム レタス きゃべつ きゅうり なつみかん | たまねぎ にんじん しらたき しいたけ いんげん こまつな もやし | しいたけ にんじん なら ねぎ きゅうり きゃべつ えだまめ たけのこ | にんじん しいたけ はくさい こまつな ねぎ ほうれんそう もやし たまねぎ | |

都合により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。

学校給食の目標

新学期がスタート!

学校の桜のつぼみも膨らみました。春です！
充実した毎日を送るためにも、健康な体が
一番。バランスのとれた食事を心がけ、それ
ぞれのめあてに向かってがんばりましょう。
今年度もどうぞよろしくお願いいたします。



| | | | |
|--|---|--|---|
| <p>① 食育基本法が成立したのを受け、学校給食法も改正されました。学校給食では新たに7つの目標を定めています。</p> |  <p>① 適切な栄養の摂取による健康増進を図る。</p> |  <p>② 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ための判断力を培い、望ましい食習慣を養う。</p> |  <p>③ 学校生活を豊かにし、明るい社交性と協同の精神を養う。</p> |
|  <p>④ 食生活が自然の恵恩によって成り立つことを理解し、生命を尊重して自然環境を大切にすることを養う。</p> |  <p>⑤ 食生活がさまざまな人の活動に支えられていることを理解し、勤労を重んずる態度を養う。</p> |  <p>まごはやさしいの学び</p> <p>⑥ わ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。</p> |  <p>⑦ 食料の生産、流通、消費について正しい理解に導く。</p> |