



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	
☆ 今月の食材 ☆		9		10	
・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		小 687 kcal 中 797 kcal ・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		小 617 kcal 中 711 kcal ・プルコギ丼 ・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	
15		16		17	
小 500 kcal 中 576 kcal ・ごはん ・牛乳 ・みそ汁 (豆腐、長ネギ) ・いわしの生姜煮 ・きやべつ ^{あます} の甘酢 ^{あめず} 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・きやべつ		小 560 kcal 中 637 kcal ・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・きやべつ・コーン		小 717 kcal 中 831 kcal ・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	
22		23		24	
小 618 kcal 中 691 kcal ・ごはん ・牛乳 ・わかめスープ ・病きぎょうざ (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・ぎょうざ・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		小 653 kcal 中 753 kcal ・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		小 641 kcal 中 743 kcal ・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 きやべつ・ピーマン・長ネギ・しょうが・に んにく・だいこん	
25		26		29	
小 674 kcal 中 734 kcal ・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・きやべつ		小 652 kcal 中 735 kcal ・ごはん ・牛乳 ・豚汁 ・さばのみそ煮 ・白菜のなめ草和え 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		昭和の日 小 530 kcal 中 610 kcal ・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	
29		30		学校給食の目標	
入学 4月平均栄養価 小 中 たん白質 25.4g 28.8g 脂 質 19.0g 20.9g 食塩相当量 2.5g 3.0g		入学 4月平均栄養価 小 中 たん白質 25.4g 28.8g 脂 質 19.0g 20.9g 食塩相当量 2.5g 3.0g		学校給食の目標 (「学校給食法」第2条より) 1 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。 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 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。 3 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。 4 食生活が自然の恩恵の上に成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。 5 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。 6 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。 7 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。	

「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。

学校給食の目標 (「学校給食法」第2条より)

- 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。
- 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。
- 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。
- 食生活が自然の恩恵の上に成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。
- 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。
- 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。
- 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。

学校給食は、子供たちの成長を考えて、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、よろしくお願いします。

入学・進級おめでとう

