

4月食育だより

給食の内容と特徴

主食・主菜・副菜・汁物・牛乳を基本とした献立。

ごはんの日⇒月、火、木、金曜日
パン（麺）の日⇒水曜日



栄養バランス

旬、季節感、行事食、郷土料理

地場産物

いろいろ、味付け、見た目

衛生管理

さまざまな（15～20種類の）食品を組み合わせ

子どもたちのリクエスト

人気の給食メニュー こんなところが好き！

～小学生に聞いてみました～

ポテトチップス！バリバリ

今度はバターしょうゆ味がいいな

あまじょっぱい味付け

豆の食感がいい

サクサク、モチモチ
ジュワットするところ

揚げパン



しいたけのあまい味付け
鶏肉がたっぷり

けいはん



チップスサラダ



豚肉と豆の揚げ煮



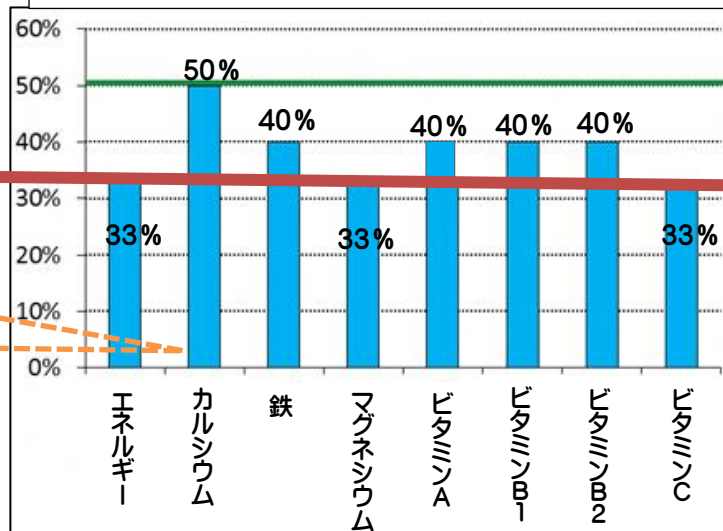
野菜をゆでて野菜ドレッシングで味付けしても、野菜を炒めてコンソメで味付けしても、パクパク食べています。「ポテトチップス」の効果大です！

学校給食の栄養価

1日の推奨量の33～50%を目安に

不足しがちなカルシウムなどは、学校給食で多めに摂取できるよう配慮されています

1日の推奨量に対する給食での摂取基準（小学生の例）



毎日食べている給食の献立は、「学校給食摂取基準」に基づき、栄養士、管理栄養士の資格を持つ栄養教諭等により考えられています。

【献立について】

✪牛乳は毎日付きます。 ✪予定献立のため、変更になることがあります。

（例：地域で感染性胃腸炎などが流行した場合、あえものから炒め物になるなど）

【欠食について】

✪給食を休止する場合、3日前（土日、祝日を除く）までに欠食届けを提出します。 連続3日以上が対象となります。

【給食当番の服装について】

✪給食当番は、エプロン、帽子（三角巾）を準備してください。 ✪給食当番は清潔なマスクを用意してください。