

令和6年

4月のよていこんだてひょう

※食物アレルギーのある児童・生徒は、給食を食べる前に別紙の「詳細献立表」

で内容を必ず確認しましょう。

食品群	体内ではたらく	座間味村立学校給食共同調理場
赤の食品	血や肉、骨をつくる	TEL: 098-987-2707
黄の食品	働く力や体温となる	FAX: 098-987-2707
緑の食品	体の調子をととのえる	

学校給食の栄養基準量	C=エネルギー P=タンパク質 F=脂質		
	小学校	650	21.1~32.5
中学校	830	27.0~41.5	18.4~27.7

きゅうしょく		9(火) 始業式(小中1なし)	10(水) 入学式(小1なし)	11(木) 小1給食スタート 幼:給食スタート ※年少組欠食(4月中)	12(金)
こ ん だ て	<p>きゅうしょく</p> <h2>今月の給食目標</h2> <p>給食の きまりを まも 守ろう</p> 	<p>クレープイリチー</p> <p>ぐだくさん みそしる</p> <p>ゆかりごはん</p>	<p>パンサンスー</p> <p>むぎごはん マーボーとうふ</p>	<p>フルーツ ポンチ</p> <p>ポークカレー</p>	<p>にくじゃが</p> <p>ごはん もずくスープ</p>
あ か き み ど り		牛乳、豆腐、わかめ、みそ 豚肉、こんぶ、チキアギ 米、黒米、こめ油、三温糖 大根、こまつな、にんじん 長ねぎ、切干大根、こんにやく	牛乳、豚肉、レバー、大豆 豆腐、赤だし、ハム 米、大麦、こめ油、ごま油、でんぷ ん、はるさめ、ごま、三温糖 にんじん、玉ねぎ、大根、長ねぎ たけのこ、シイタケ、きゅうり、こまつな	牛乳、豚肉 米、大麦、じゃが芋 こめ油、ゼリー にんじん、玉ねぎ、セロリ、ピーマン みかん、パイナップル、もも	牛乳、もずく、豆腐、豚肉、とり肉 米、じゃが芋、三温糖 でんぷん、こめ油 にんじん、えのき、ねぎ、玉ねぎ あお豆、こんにやく
こ ん だ て	15(月)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)
あ か き み ど り					
こ ん だ て	22(月)	23(火)	24(水) 三月ウマチー献立	25(木)	26(金)
あ か き み ど り					
こ ん だ て	29(月)	30(火)	<p>ご入学・進級おめでとうございます</p> <p>今年度もみなさんに安全でおいしい給食を提供できるように、職員一同、一所懸命に作りまします！しっかり食べて、元気な身体をつくり、楽しい学校生活を送りましょう。</p>		
あ か き み ど り					

朝食で3つのスイッチオン



体のスイッチ

朝食は、睡眠中に不足したエネルギーや栄養素を補給することができるので、午前中に元気に活動するための力になります。

脳のスイッチ

ごはんやパンに含まれている炭水化物は、体内でブドウ糖に分解され、脳のエネルギー源になります。

おなかのスイッチ

体は、朝食をとると、腸が動いてうんちがたくなるような仕組みになっています。朝食をとってうんちを出しましょう。

給食当番は身支度も大切な仕事です

- ★つめは短く切りましょう
- ★石けんでしっかり手洗いをしましょう
- ★マスクをきちんとつけましょう
- ★ぼうしは髪の毛が出ないようにかぶりましょう

お願い
お子さんが白衣などを着た際に洗濯をお願いします。

※材料・天候によって献立を変更することがあります。