

きたがたしょう れいわ ねんど がつ がく こう きゅう しょく こん だて ひょう
(北方小)令和6年度 4月 学校給食献立表

がつきゅうしょくもくひょう
4月給食目標

じょうず じゅんび あとかたづ しょうき なら かた りょう かんが
上手に準備と後片付けをしよう 食器の並べ方や量を考えよう

きたがた きゅうしょく
北方給食センター

日曜	行事など	こんだてめい 献立名	おもにからだをつくる(あか)		おもに体の調子を整える(緑)		おもにエネルギーとなる(黄)		ちようみりよう	エネルギー kcal たんぱく質 g 食塩相当量 g	アレルギー表示 義務7品目 (加工品)
			たんぱくしつ	むきしつ	ビタミン		たんすいかぶつ	ししつ			
			さかな・にく・だいず・だいぜいひん	きゆうじゆう・こざかな・かいそ	いろいろのこい野菜	そのたの野菜・きのこ・くだもの	こくろい ぬいさつ 穀類・いも類・砂糖	ゆし 油脂			
9 火	1年生なし	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん			644 19.8 2.4	ルウ(小麦、乳) デミソース(小麦) 生クリーム(乳)
		ハヤシライス	ぎゅうにく	なまクリーム	トマト にんじん グリーンピース	たまねぎ しめじ にんにく マッシュルーム		あぶら	とりがら しお こしょう ワイン ソース ルウ ケチャップ デミソース		
		ごぼうサラダ	ツナ		にんじん	ごぼう キャベツ きゅうり	さとう	ノンエッグマヨネーズ	しょうゆ す		
		とうにゅうパンナコッタ (いちごソース)					パンナコッタ				
10 水	1年生なし	ミルクパン 牛乳		牛乳			ミルクパン			607 27.1 2.6	パン(小麦、乳)
		ボイルウインナー	ウインナー								
		ぶたにくとアスパラのこうみそチー	ぶたにく		にんじん アスパラガス	たまねぎ キャベツ にんにく		オリーブあぶら	しお こしょう コンソメ パザル		
		チキンヌードルスープ	とりにく		にんじん ねぎ	たまねぎ もやし とうもろこし セロリ	ビーフン	オリーブあぶら	とりがら ワイン しお こしょう		
11 木	1年生なし	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん			609 24.3 1.6	
		とりにくのしおからあげ	とりにく				かたくりこ こめこ	あぶら	しお こしょう さけ しょうゆ		
		やさしいのアーモンドあえ			にんじん チンゲンサイ	キャベツ きゅうり	さとう	アーモンド	しょうゆ みりん		
		さわにわん	ぶたにく		にんじん こまつな	ごぼう たけのこ もやし ほししいたけ		あぶら	にぼし しお さけ しょうゆ		
12 金	1年生なし	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん			591 26.8 1.8	
		さばのごまみそやき	さば みそ			しょうが	さとう	ごま	さけ しょうゆ しお みりん		
		さんしょくあえ	かにかま		にんじん ピーマン チンゲンサイ	もやし	さとう	ごまあぶら	しょうゆ		
		わかたまじる	たまご とうふ	わかめ	にんじん	たまねぎ えのき	かたくりこ		こんぶ かつおぶし しお しょうゆ		
15 月	1年生なし	ごはん あじつけのり 牛乳		牛乳 あじつけのり			ごはん			571 24.5 1.6	ワンタン(小麦) 味付けのり(えび)
		ぶたにくとチンゲンサイのオイスターいため	ぶたにく		にんじん チンゲンサイ	たまねぎ キャベツ しょうが しいたけ	さとう かたくりこ	あぶら	しょうゆ さけ オイスターソース		
		つくね入りワンタンスープ	とりつくね		にんじん ねぎ	たまねぎ きくらげ もやし	ワンタン	あぶら	とりがら しょうゆ さけ しお こしょう ちゅうかだし		
16 火	1年生給食開始	むぎごはん 牛乳		牛乳			むぎごはん			625 20.0 2.2	粉チーズ(乳) カレールウ(小麦・乳)
		しんたまねぎのチキンカレー	とりにく	こなチーズ	にんじん トマト グリーンピース	たまねぎ しめじ りんご にんにく しょうが	じゃがいも	あぶら	とりがら しお ワイン ケチャップ カレーこ カレールウ ウスターソース		
		はるさめサラダ	かにかま		にんじん	もやし きゅうり きくらげ	はるさめ さとう	ごまあぶら	しお しょうゆ す		
		ミックスフルーツ&ゼリー				みかん りんご いちご	ゼリー				
17 水		きなこあげパン 牛乳	きなこ	牛乳			パン さとう	あぶら		618 25.3 2.2	パン(小麦、乳) マカロニ(小麦)
		チキンとはるやさいのソテー	とりにく		にんじん アスパラ	たまねぎ キャベツ しめじ にんにく		オリーブあぶら	ケチャップ しお コンソメ こしょう ワイン		
		オニオンスープ	ウインナー		にんじん	たまねぎ マッシュルーム とうもろこし えだまめ	マカロニ	オリーブあぶら	とりがら しお しょうゆ こしょう コンソメ		
18 木		ごはん 牛乳		牛乳			ごはん			585 25.5 1.8	
		とりのてりやき	とりにく			しょうが にんにく	マーレードジャム		しょうゆ さけ		
		ふきとぎゅうにくのいために	ぎゅうにく		きぬさや にんじん	ふき ごぼう しょうが	さとう こんにゃく	あぶら	しょうゆ さけ みりん		
		わかたけじる	とうふ かまぼこ	わかめ	にんじん ねぎ	たまねぎ たけのこ えのき			こんぶ かつおぶし しお しょうゆ さけ みりん		
19 金	食の日	ごはん 牛乳		牛乳	きたがた・たけのこ・たべものをたくさんつかっています！		ごはん			610 26.2 1.6	北方産(予定) アスパラ キャベツ れんこん 玉ねぎ
		さわらのなたねやき	さわら たまご		ほうれんそう			ノンエッグマヨネーズ	しお さけ		
		ごもくきんぴら	さつまあげ		にんじん アスパラ	ごぼう れんこん	こんにゃく さとう	ごまあぶら	さけ しょうゆ みりん		
		はるやさいのみそしる	あつあげ みそ		にんじん ねぎ	キャベツ たまねぎ しいたけ			にぼし		
22 月		ごはん 牛乳		牛乳			ごはん			630 22.7 1.5	パン粉(小麦)
		てづくりハンバーグ	ぎゅうにく ぶたにく おから			たまねぎ しょうが	パンこ さとう かたくりこ	あぶら ノンエッグマヨネーズ	しお こしょう ソース さけ ケチャップ コンソメ		
		きりぼしだいこんのようふういため	ベーコン		ピーマン にんじん	きりぼしだいこん もやし にんにく		あぶら	しお こしょう コンソメ		
		だいこんととりにくのスープ	とりにく		にんじん パセリ	だいこん たまねぎ とうもろこし マッシュルーム		オリーブあぶら	とりがら しお こしょう コンソメ さけ しょうゆ		
23 火		ごはん 牛乳		牛乳			ごはん			593 25.6 1.3	
		ぶたにくのしょうがやき	ぶたにく			たまねぎ しょうが	かたくりこ	あぶら	こしょう しょうゆ しお さけ みりん		
		やさしいのおかかあえ	とりにく かつおぶし		にんじん	キャベツ きゅうり			しょうゆ みりん		
		チンゲンサイのみそしる	あぶらあげ みそ		にんじん チンゲンサイ	たまねぎ えのき	じゃがいも		にぼし		

24	水	こくとうパン 牛乳		牛乳			こくとうパン			585	パン(小麦、乳) スパゲティ(小麦) デミソース(小麦) 粉チーズ(乳)
		はるキャベツとひきにくのトマトスパゲティ	ぎゅうひきにく	こなチーズ	にんじん トマト	たまねぎ キャベツ	スパゲティ	オリーブあぶら	がらすープ ウィン しお こしょう コンソメ ケチャップ ソース デミソース		
		マリネサラダ	ハム	かいそう	にんじん アスパラガス	きゅうり とうもろこし	さとう	オリーブあぶら	ワイン しお こしょう		
		オレンジ				オレンジ					
25	木	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん			633	春巻き(小麦)
		はるまき	はるまき					あぶら			
		チンジャオロースー	ぎゅうにく		ピーマン パプリカ	たまねぎ たけのこ もやし にんにく しょうが	かたくりこ	ごまあぶら	さけ オイスターソース しょうゆ みりん		
		そぼろちゅうかスープ	とりひきにく とうふ		にんじん こまつな	たまねぎ きくらげ しょうが		あぶら	とりがら しお こしょう しょうゆ ちゅうかだし		
26	金	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん			596	
		あじのこうみソースかけ	あじ		こねぎ	しょうが	かたくりこ こめこ さとう	あぶら ごまあぶら	しお さけ す こしょう しょうゆ		
		やさいのごまあえ			にんじん チンゲンサイ	キャベツ きゅうり	さとう	ごま	しょうゆ		
		とりごぼうじる	とりにく		にんじん ねぎ	もやし ごぼう えのき		あぶら	かつおぶし しお さけ しょうゆ		
30	火	やすみ									

4月給食たより

あたら ねん はじ
新しい1年が始まりました。あたら がっこう がくきゅう こ たち きたい ふあん むね
新しい学校や学級に子ども達は期待と不安を胸にいただいていること
でしょう。そんな子ども達が、毎日元気(まいにちげんき)に心と体を健やかに、成長(せいちょう)していくことができるように
安全(あんぜん)でおいしい給食(きゅうしょく)で支えて(ささ)えたいと思います。今年度(ことねんど)もよろしくお願(ねが)いします！

人を良くすると書いて「食」

心身の健やかな成長を願ひ、学校教育の一環として行われる学校給食には、食を通した人間形成や生きる力を育むため、7つの目標が定められています。

7つの目 学校給食のねらい

健康の維持、増進
～元気なからだをつくらう～

学校給食は学校教育の一環として、栄養バランスのとれた食事を一緒に食べながら、楽しいふれあいの中で子どもたちの健康と心身の成長を育んでいきます。学校給食では7つの目標が定められています。

社交性と協同の精神を養う
～協力し合って、なかよく～

生命・自然への感謝と環境保全
～命の恵みに感謝して「いただきます」～

伝統的な食文化への理解
～昔ながらの食べ物を大切に～

勤労を重んずる態度
～ありがとうの気持ちで「ごちそうさま」～

望ましい食習慣をつくる
～バランスよく、規則正しくとらう～

生産、流通、消費についての理解
～給食がとどくまでの道のりを知らう～

きゅうしょくにはいろいろなたべものがはっています！

いろいろな食材や味を体験することは、単に栄養をとるだけでなく、味覚の発達にもつながります。きらいなものでも何年後かに食べられるようになることもあるので、食わずきらいにならず少しずつでも食べるようにしましょう！

にがてなものも
まずはひとくちたべてみよ



きょういよくしてじゅんびとあとかたづけをしましょう！

給食着・ぼうしは洗濯した清潔なものを！
マスクもしっかりしよう！

きちんとした身支度で給食当番をしましょう。

髪が食事に入らないように。

手はせっけんでよく洗い、つめも切りましょう。

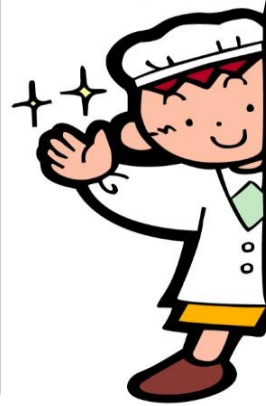
清潔なハンカチを使いましょう。

つばがとばないように。

★お願い★

清潔な給食着を身につけるために

給食当番の白衣は配ぜん(せいぜん)の時に髪の毛などが給食に入るのを防ぐ役割があります。当番が終わった週末にご家庭に持ち帰りますので、洗濯をいただくと、ご協力をお願いします。また、はずれそうなボタンなどあれば、つけていただくと、とても助かります。



北方小学校(北方学校給食センター)の給食について

- 給食回数 190 回 ●給食費 5200 円/月
- 給食センターの構成 所長 1名、栄養士 1名
株式会社日米クック社員(調理, 配送, 洗浄業務は委託)
調理員 10名 運転手 1名 配送助手 1名
- 給食の内容 主食(米飯週4回、パン週1回)、おかず(主菜、副菜等)、牛乳、デザート(果物等)
- 地場産物の活用として、里の駅きたがたさん・江口農園さん・相原農産さん・岩瀬和也さんや北方、武雄の生産者さんから野菜等の食材を納入しています。

今年度も衛生管理につとめ、安心、安全、そしておいしい給食づくりに努めてまいります。ご協力をよろしくお願い致します。今年度も、給食をしっかり食べて、元気な体をつくりましょう！

