



# 4月こんだてひょう

令和2年4月  
千田小学校

月	火	水	木	金			
<p><b>8</b> 焼き豚チャーハン マロニー中華あえ えびボールスープ ヨーグルト</p> <p>パン あぶら マロニー さとう 牛乳 やきふた ハム えび ヨーグルト たまねぎ にんじん とうもろこし グリンピース キャベツ きゅうり ねぎ ちやし みずな しんじけ</p> <p>E:626kcal P:24.9g</p>	<p><b>9</b> 1年生給食開始 カレーライス しょうゆフレンチ お祝いデザート ヨーグルト</p> <p>ごはん あぶら じゃがいも さとう 牛乳 ふたにく ハム にんにく しょうが たまねぎ にんじん りんご こまつな キャベツ</p> <p>E:674kcal P:20.4g</p>	<p><b>10</b> ごはん カレイの甘酢あんかけ ミモザサラダ 豚汁</p> <p>ごはん あぶら さとう かたくりこアーモンド じゃがいも 牛乳 カレイ ハム ふたにく たまこ みそ とうふ こまつな キャベツ たまねぎ ごぼう だいこん にんじん ねぎ こんにゃく</p> <p>E:610kcal P:27.5g</p>	<p><b>11</b> ごはん とりのから揚げ ごまあえ ふわふわ卵スープ</p> <p>ごはん あぶら じゃがいも パンこ 牛乳 ふたにく ハム たまこ ベーコン しょうが こまつな キャベツ にんじん とうもろこし たまねぎ パセリ</p> <p>E:684kcal P:25.8g</p>	<p><b>12</b> ごはん さばのみそ煮 のり酢あえ けんちん汁</p> <p>ごはん さとう じゃがいも 牛乳 さば ツナ みそ のり とりにく しょうが こまつな キャベツ にんじん だいこん ねぎ ごぼう しめじ みつば しらたき</p> <p>E:606kcal P:28.7g</p>	<p><b>13</b> ソフトめん 大豆入りミートソース サワーサラダ アーモンド小魚</p> <p>めん あぶら こむぎこ アーモンド 牛乳 ふたにく だいす チーズ こざかな しょうが にんにく セロリ たまねぎ にんじん しめじ トマト パセリ キャベツ きゅうり みかん バイン</p> <p>E:665kcal P:26.9g</p>	<p><b>14</b> ごはん いかのカレー揚げ 即席漬け 健康豆汁</p> <p>ごはん かたくりこ あぶら アーモンド じゃがいも 牛乳 いか ごんぶ とうふ だいす みそ きゅうり キャベツ にんじん だいこん ねぎ たまねぎ にんじん しめじ りんご キャベツ きゅうり ほうれんそう いちご</p> <p>E:635kcal P:25.4g</p>	<p><b>15</b> ハヤシライス 大豆と小松菜のサラダ いちご(2粒)</p> <p>ごはん あぶら じゃがいも さとう こむぎこ 牛乳 ふたにく ハム だいす たまねぎ にんじん しめじ りんご キャベツ きゅうり ほうれんそう いちご</p> <p>E:680kcal P:21.9g</p>
<p><b>21</b> ごはん てり焼きチキン ひじき煮 新たまねぎのみそ汁</p> <p>ごはん さとう じゃがいも 牛乳 とりにく ひじき だいす さつまあげ あつあげ みそ にんじん ごぼう たまねぎ しめじ きぬさや</p> <p>E:641kcal P:27.5g</p>	<p><b>22</b> ごはん ふりかけ レバーとポテトの仲良しあえ 沢煮碗 清見オレンジ</p> <p>ごはん あぶら かたくりこ じゃがいも さとう はるさめ アーモンド 牛乳 とりにく ふたにく かまぼこ しょうが こまつな にんじん ごぼう たけのこ えのきたけ みずな きよみオレンジ</p> <p>E:645kcal P:25.7g</p>	<p><b>23</b> しょうわ ひ 昭和の日</p> <p>テレビ、ラジオ、電話、冷蔵庫のイラスト</p>	<p><b>24</b> ごはん 鮭のマヨコーン焼き 和風ビーンズサラダ もずくのみそ汁</p> <p>ごはん マヨネーズ さとう あぶら じゃがいも 牛乳 さけ みそ だいす ツナ とうふ もずく とうもろこし たまねぎ キャベツ きゅうり にんじん えのきたけ ねぎ</p> <p>E:622kcal P:27.9g</p>	<p>花、音符、キャラクターのイラスト</p>			

※献立は急遽変更する場合がありますので、ご了承ください。



今年度は、調理員3人、栄養教諭1人で  
約170人分の給食を作ります！

●調理員●

さとう えみ こ おおだいら なお こ かたぎりちひろ  
佐藤笑美子 大平菜保子 片桐千尋

●栄養教諭●

こばやし てい きんようび き  
小林禎子(金曜日に来ます)

いっぱい食べて大きくなってね。



# 給食だより



令和2年4月  
千田小学校

ご入学、ご進級おめでとうございます。今年度も、調理員・栄養教諭一同、安全で美味しい給食を心がけて作ります。よろしくお願いいたします。

## 千田小学校の給食

さばのみそ煮やハンバーグなど、手作り料理が自慢です。千田小学校区で育てられた地場産野菜もたくさん登場します。

おいしい小千谷産コシヒカリをいただきます。週に1回パンかめんも登場します。



カルシウム摂取のために、県内産の200cc牛乳をほぼ毎日飲みます。

小千谷産のみそを使ったダシの効いた味噌汁は、子どもたちに大人気です。季節の野菜をとり入れた具沢山汁です。

### ☆給食費について

◇1食 280円

※月額については集金計画をご覧ください。

### ☆給食費の返金について

長期欠席の場合、担任を通じて申し出をお願いします。連続6食以上の欠食の場合に限り、連絡を受けた3日後分から返金となります。学級閉鎖の場合、決定の3日後分から返金となります。

### ☆給食当番の白衣



当番は金曜日に白衣を持ち帰ります。洗濯とアイロンがけ（消毒の意味もあります）をして、月曜日に必ず持たせてください。

### ☆食物アレルギーについて



本校では給食でのアレルギー対応をおこなっています。食物アレルギーでの対応を希望される場合は、すぐに学校に連絡ください。その場合、医師の診断に基づくことが前提となります。

## 食べて、学んで、育つ、生きる力となる学校給食を目指します

6つの目標に沿った給食を通し、食育を進めます。今年度もご家庭でのご支援をお願いします。

### 食事の重要性

給食を通し、食事の大切さと楽しさを伝えます。



### 心身の健康

栄養や食事のとり方を理解し、自ら管理していく能力を育成します。



### 食品を選択する能力

食べ物の品質および安全性について、自ら判断できる能力を育成します。



### 感謝の心

食べ物を大切に、食べ物の生産にかかわる人々に感謝する心を育成します。



### 社会性

食生活のマナーや食事を通した人間関係形成能力を育成します。



### 食文化

地域の産物、食文化や食にかかわる歴史等を理解し、尊重する心を育成します。

