

月	火	水	木	金
---	---	---	---	---

◆◆ 4月の給食目標◆◆

小学校：準備や後片付けをきちんとしよう！
中学校：楽しい給食の場をつくろう！

◆森町きんりん（おしまひやまかんない）
でとれる食材の活用よいてい◆

○お米 ○きゅうり ○長ねぎ ○たまご

※食材の都合により、一部変更する場合がございますので、あらかじめご了承ください。

4月の平均栄養摂取量

	エネルギー (キロカロリー)	たんぱく質 (グラム)
幼稚園	496	19.5
小学校 1・2学年	540	21.5
小学校 3・4学年	648	25.0
小学校 5・6学年	759	28.4
中学校	821	30.3

今年度より摂取基準に合わせた給食を提供いたします。

ご入学・ご進学おめでとうございます。

給食の主食について

月：ごはん 火：パン 水：ごはん 木：めん類 金：ごはん

基本的には月・水・金曜は“ごはん”、火曜は“パン”、木曜が“めん類”です。
※メニューは、変更する場合がございますので、あらかじめご了承ください。

<p style="text-align: center;">9 ナン・牛乳</p> <p>キーマカレー</p> <p>赤 ぶた肉・大豆・脱脂粉乳・いんげんまめ 緑 玉ねぎ・にんじん・トマト・りんご</p> <p>ジャーマンポテト</p> <p>黄 ジャガイモ・油 赤 パーコン 緑 玉ねぎ・パセリ</p> <p>ブロッコリーのごまサラダ</p> <p>黄 ごまドレッシング 赤 ブロッコリー・きゅうり・キャベツ・にんじん・コーン</p>	<p style="text-align: center;">10 ごはん・牛乳</p> <p>とんじる</p> <p>黄 ジャガイモ 赤 ぶた肉・とうふ 緑 にんじん・ごぼう・長ネギ・玉ねぎ・つきこん・だいこん</p> <p>ホッケのいそベカツ</p> <p>黄 油・ゴマ・小麦粉 赤 ホッケ・青のり</p> <p>きりぼしだいこん</p> <p>黄 三温糖・ゴマ 赤 さつまあげ 緑 だいこん・にんじん・つきこん</p>	<p style="text-align: center;">11 ソースやきそば・牛乳</p> <p>黄 めん・油 赤 ぶた肉 緑 キャベツ・ほししいたけ・玉ねぎ・にんじん・ピーマン</p> <p>チキンチーズのオープンやき</p> <p>黄 油・パン粉・さとう 赤 とり肉・チーズ 緑 赤ピーマン・パセリ</p> <p>フルーツヨーグルト</p> <p>黄 さとう 赤 ヨーグルト 緑 みかん・パイン・もも・バナナ</p>	<p style="text-align: center;">12 ごはん・牛乳</p> <p>みそしる</p> <p>緑 だいこん・なめこ</p> <p>さばのみそに</p> <p>黄 さとう 赤 サバ</p> <p>肉じゃが</p> <p>黄 ジャガイモ・三温糖 赤 ぶた肉 緑 玉ねぎ・しらたき・にんじん・いんげん</p>	
<p style="text-align: center;">15 ごはん・牛乳</p> <p>さつまじる</p> <p>黄 さつまいも 赤 とり肉・とうふ 緑 にんじん・ごぼう・長ネギ・つきこん</p> <p>いかかまぼこコロッケ</p> <p>黄 油・さとう・エッグケアマヨネーズ 赤 イカ・たら 緑 玉ねぎ・にんにく</p> <p>ブロッコリーのおかかあえ</p> <p>赤 かつおぶし 緑 ブロッコリー</p>	<p style="text-align: center;">16 こくとうパン・牛乳</p> <p>じゃがいものスープ</p> <p>黄 ジャガイモ 赤 パーコン・うずら卵 緑 玉ねぎ・にんじん・パセリ</p> <p>かぼちゃグラタン</p> <p>黄 ジャガイモ・さとう・米粉 赤 豆乳 緑 かぼちゃ・玉ねぎ</p> <p>パリパリサラダ</p> <p>黄 ワンタンの皮・油・ドレッシング 緑 キャベツ・きゅうり・にんじん</p>	<p style="text-align: center;">17 ごはん・牛乳</p> <p>みそしる</p> <p>赤 とうふ・油あげ 緑 こまつな</p> <p>わかどりのゴマてりやき</p> <p>黄 ゴマ・さとう 赤 とり肉</p> <p>きんぴらごぼう</p> <p>黄 ごま油・ゴマ・三温糖 赤 ぶた肉・さつまあげ 緑 ごぼう・にんじん</p>	<p style="text-align: center;">18 ナポリタン・牛乳</p> <p>黄 スパゲティ・油 赤 ハム 緑 玉ねぎ・ピーマン・にんじん</p> <p>ミニアメリカンドッグ (幼・低学年2ヶ・中学年3ヶ)</p> <p>黄 油・小麦粉・さとう 赤 魚肉</p> <p>アメリカンドッグ (高学年・中学校)</p> <p>黄 油・小麦粉・さとう 赤 卵白・とり肉・ぶた肉</p> <p>ツナサラダ</p> <p>黄 エッグケアマヨネーズ 赤 シーチキン(マグロ) 緑 キャベツ・きゅうり・にんじん・玉ねぎ・レモン汁</p>	
<p style="text-align: center;">22 ごはん・牛乳</p> <p>みそしる</p> <p>黄 ジャガイモ 赤 わかめ 緑 長ねぎ</p> <p>しろみ魚フライ</p> <p>黄 小麦粉・油 赤 ホキ</p> <p>こんぶのいためもの</p> <p>黄 ゴマ・三温糖・油 赤 ぶた肉・さつまあげ・こんぶ 緑 つきこん・にんじん</p>	<p style="text-align: center;">23 ソフトフランスパン・牛乳</p> <p>シチュー</p> <p>黄 ジャガイモ 赤 牛乳・いんげんまめ 緑 玉ねぎ・はくさい・にんじん</p> <p>チキンのトマトに</p> <p>黄 三温糖・油 赤 とり肉 緑 玉ねぎ・しめじ・トマト・にんにく</p> <p>フルーツゼリー(ピ-)</p> <p>緑 もも・パイン・りんご</p> <p>チーズ(小学校・中学校)</p> <p>赤 チーズ</p>	<p style="text-align: center;">24 せきはん+ごましお・牛乳</p> <p>黄 こめ・もち米 赤 きんときまめ</p> <p>すましじる</p> <p>黄 てまりい 赤 わかめ 緑 えのき・長ネギ</p> <p>あつやきたまご</p> <p>黄 さとう・油 赤 たまご</p> <p>肉とうふ</p> <p>黄 三温糖・油 赤 やきとうふ・ぶた肉 緑 玉ねぎ・にんじん・つきこん</p> <p>おいわいこうはくゼリー</p> <p>黄 さとう 緑 いちご</p> <p style="text-align: center;">入学・進学お祝い献立</p>	<p style="text-align: center;">25 みそラーメン・牛乳</p> <p>黄 めん・油 赤 ぶた肉・なると 緑 にんじん・ほうれん草・もやし・長ネギ・にんにく</p> <p>コーンシューマイ (幼・低学年・中学年2ヶ、高学年・中学校3ヶ)</p> <p>黄 小麦粉・さとう 赤 魚肉・とうふ 緑 コーン・玉ねぎ</p> <p>ちゅうかサラダ</p> <p>黄 さとう・ごま油・はるさめ 赤 ハム・イカ 緑 キャベツ・にんじん・きゅうり</p>	<p style="text-align: center;">26 ぶたどん・牛乳</p> <p>黄 こめ・ゴマ 赤 ぶた肉 緑 玉ねぎ・キャベツ・しらたき・にんじん</p> <p>わかめスープ</p> <p>黄 まめい 赤 わかめ・とうふ・なると 緑 長ねぎ</p> <p>ヨーグルト</p> <p>黄 さとう 赤 脱脂粉乳・全粉乳</p>

学校給食がはじまります！

基本的な食べ方は、身についていますか？
学校でも、お友達と一緒に給食を食べる中で少しずつ身についていきますが、各ご家庭でも、少しずつ身につけましょう。

ひとりでできるかな
たとえば...

はっさくやオレンジなどの皮をむくことができる。

ゆで卵のからを散らかさず、上手にむくことができる。

マヨネーズやジャムなどの小袋をあけることができる。

骨のある魚でも、はしを使って上手に食べることができる。

ひもを結んだり、紙を折りたたむことができる。

★★給食費に関するお知らせ★★

月 額	給食費	町補助額	保護者負担
幼稚園	3,040円	1,240円	1,800円
小学校	3,760円	1,520円	2,240円
中学校	4,700円	1,600円	3,100円

給食費の納入には、納め忘れのない口座振替が便利です。
各金融機関窓口で、口座振替(自動払込)申し込み手続きをしてください。

●申し込みの際に必要なもの
1. 通帳 2. 通帳届け出印

※学校給食費は、1ヵ月あたり幼稚園児で1,240円・小学生で1,520円・中学生で1,600円、森町より子育て支援策として助成されております。

また、学校給食の食材は、保護者の皆さんが毎月納入されます給食費によってまかなわれています。必ずその月の納入期限日(25日)までに納入されますようご協力よろしく申し上げます。