



給食だより

令和6年4月8日
音更町立木野東小学校

4月のこんだて

学校給食について

ご入学・ご進級おめでとうございます。

学校給食は、栄養バランスのとれた豊かな食事であることはもちろん、食に関する知識や実践力を身につけるための教材であり、学校教育の一環として取組を行っています。学校給食法では、子どもたちの心身の健全な発達の助けとなるために、次の7つの目標を掲げています。

学校給食の目標

<p>健康な体をつくる</p>	<p>望ましい食生活のお手本になる</p>	<p>助け合い、協力して楽しく食べる</p>	<p>自然の恵みに感謝する</p>
<p>働く人たちに感謝して食べる</p>	<p>地域の食を知り未来に伝える</p>	<p>食を通して社会のしくみを知る</p>	

献立の内容

<p>ごはん</p> <p>週2回</p>	<p>パン</p> <p>週2回</p>	<p>めん類</p> <p>週1回</p>
-----------------------	----------------------	-----------------------

○副食(おかず)は、煮物・焼き物・揚げ物・炒め物・蒸し物・和え物・汁物など変化をつけています。
○行事や旬の食材、季節感を考えています。
○地場産物を活用しています。

毎月の献立表をご確認ください

食物アレルギーは、乳児期にもっとも多く、年齢が上がると共に減少します。しかし、中には学童期以降にアレルギー症状があらわれる場合もあります。給食で初めて食べる食材がある場合は、体調のよい時に、まずはご家庭で食べることをおすすめします。毎月配布している献立表には、献立名や使用している食材などが書かれていますので、ご確認ください。



	献立名	おもにエネルギーのもとになる食品	おもに体をつくる食品	おもに体の調子を整える食品
8日 (月)	やみつきキャベツ	若菜ごはん	ごはん	若菜
	わかなごはん	豚汁	じゃがいも	大根 白菜 にんじん 長ねぎ ごぼう
	ぶたじる	やみつきキャベツ		塩昆布
		牛乳		牛乳
9日 (火)	いちごジャム	ブランパン	ブランパン	
	ツナサラダ	ミネストローネ	マカロニ	ベーコン
	ブランパン	ツナサラダ		ツナ
	ミネストローネ	いちごジャム	いちごジャム	
10日 (水)	ピリからきゅうり	ごはん	ごはん	
	ごはん	すき焼き風煮		豆腐 豚肉
	すきやきふうじ	ピリ辛きゅうり		
		牛乳		牛乳
11日 (木)	ジャンボぎょうざ	みそラーメン	ラーメン	豚肉
	みそラーメン	ジャンボぎょうざ	ぎょうざの皮	ぎょうざの具
		牛乳		
12日 (金)	チキンライス	チキンライス	ごはん 麦	鶏肉
	ABCスープ	ABCスープ	マカロニ	ベーコン
		牛乳		牛乳
15日 (月)	チョコムース	ポークカレー	ごはん 麦 じゃがいも	豚肉
	ポークカレー	チョコムース	チョコムース	
		牛乳		牛乳
16日 (火)	ハムカツ	たまごパン	たまごパン	
	たまごパン	マロニースープ	マロニー	豚肉
	マロニースープ	ハムカツ		ハムカツ
		牛乳		牛乳

	献立名	おもにエネルギーのもとになる食品	おもに体をつくる食品	おもに体の調子を整える食品
17日 (水)	ごまきゅうり 	ごはん	ごはん	
	ごはん ブルコギ 	ブルコギ	豚肉	玉ねぎ にんじん もやし にら しめじ
		ごまきゅうり		きゅうり
		牛乳	牛乳	
18日 (木)	おとふけきゅうり フルーツヨーグルト 	スパゲティミートソース	スパゲティ	ピーマン にんじん 玉ねぎ トマト
	スパゲティミートソース 	フルーツヨーグルト	カラフルゼリー	ヨーグルト
19日 (金)	マカロニグラタン 	あんパン	あんパン	
	あんパン ジュリアンスープ 	ジュリアンスープ	ベーコン	玉ねぎ キャベツ にんじん
		マカロニグラタン	マカロニ	牛乳 チーズ ベーコン
		牛乳	牛乳	玉ねぎ しめじ コーン
22日 (月)	あさづけ 	ごはん	ごはん	
	ごはん いりどり 	いりどり	じゃがいも	鶏肉 生揚げ 魚河岸揚げ
		浅漬け		にんじん たけのこ しいたけ
		牛乳	牛乳	キャベツ きゅうり にんじん
23日 (火)	ハンバーグドミソース チーズポテト 	コッペパン	コッペパン	
	コッペパン ショウタンスープ 	ショウタンスープ		鶏肉
		ハンバーグドミソース	ハンバーグ	もやし 小松菜 しいたけ にんじん コーン 長ねぎ
		チーズポテト	じゃがいも	チーズ
24日 (水)	ふりかけ 	ごはん	ごはん	
	はるさめサラダ 	坦々スープ	ワンタン	豚肉
	ごはん たんたんスープ 	春雨サラダ	春雨	ハム
		ふりかけ		おかか
25日 (木)	きなこポテト 	鶏ごぼううどん	うどん	鶏肉 油揚げ
	とりごぼううどん 	きなこポテト	じゃがいも	ごぼう にんじん しいたけ 長ねぎ
		牛乳	牛乳	きなこ
		牛乳	牛乳	
26日 (金)	いちごゼリー 	ブランパン	ブランパン	
	かいそうサラダ 	クリームシチュー	じゃがいも	鶏肉 牛乳
	ブランパン クリームシチュー 	海藻サラダ		玉ねぎ にんじん コーン
		いちごゼリー	いちごゼリー	キャベツ きゅうり にんじん
	牛乳	牛乳	牛乳	

	献立名	おもにエネルギーのもとになる食品	おもに体をつくる食品	おもに体の調子を整える食品
30日 (火)	なめたけあえ 	ツナのみそ炊きごはん	ごはん	ツナ 油揚げ
	ツナの みそたきごはん 	豆腐と大根のみそ汁		豆腐
	とうふとだいこんの みそしる 	なめたけ和え		大根 長ねぎ
		牛乳	牛乳	小松菜 白菜 なめたけ

おとふけ給食 ヨーグルト

涼しく、豊かな大地が広がる十勝（音更）で、良質な飼料を食べて育つ牛からとれる牛乳はとておいしいです。その牛乳から作られるヨーグルトやチーズも絶品です。

給食では18日（木）に、音更の工場で製造された十勝産100%の牛乳を使用して、「フルーツヨーグルト」を作ります！お楽しみに♪



学校給食の衛生管理

学校給食をつくる時は、食中毒防止のために、衛生管理を徹底して行っています。清潔な施設、調理機器、服装、手洗い、食品の取り扱いなど、さまざまなことに注意を払っています。

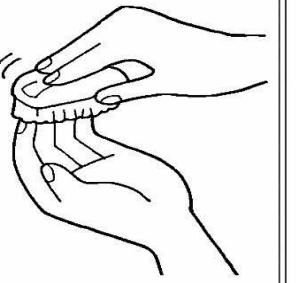
清潔な服装

調理員は、せきから飛ぶだ液や髪の毛などが料理に入らないように清潔なマスク、帽子、調理衣などを着用しています。



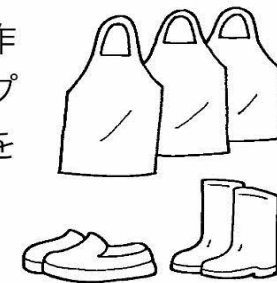
手洗いの徹底

作業前は、個人専用のつめブラシなどを使ってつめの間も念入りに洗います。作業中もこまめに手洗いをしています。



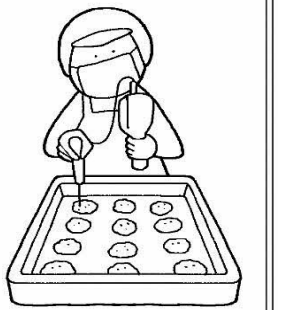
エプロンなどの使いわけ

汚染防止のために、作業の内容によって、エプロンや手袋、履物などを使いわけています。



適切な温度管理

加熱する食品は、中心部が75℃で1分間以上（二枚貝などは85～90℃で90秒間以上）になるようにしています。



○お知らせ
物資の都合により、献立の変更・食材量の変更もあります。ご了承ください。

月平均	エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分
小学校	624kcal	23.9g	20.3g	3.1g
中学校	763kcal	29.0g	23.5g	3.7g

