



* 4月の献立表 *



今月の食育目標：給食の準備や後片付けの仕方を覚えよう

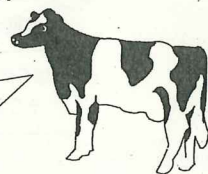
※小学校の栄養価を記載しています
幼稚園は小学校の75%です

日	曜	牛乳	献立名	〈赤〉 おもに体をつくるものになる食品		〈緑〉 おもに体の調子を整えるものになる食品		〈黄〉 おもにエネルギーのもとになる食品		13歳児~(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g)	メモ
				たんぱく質	無機質	カロテン	ビタミン	炭水化物	脂質		
14	月	朝	むぎごはん					こめ、むぎ		631 24.4 26.2	
			ポークカレー	ぶたにく		にんじん、トマト	にんにく、しょうが たまねぎ	じゃがいも さとう はちみつ	あぶら		
			ツナサラダ	まぐろ		ほうれんそう	キャベツ コーン	さとう	あぶら		
			ヨーグルト		ヨーグルト						
15	火	朝	むぎごはん	卵には、快眠ホルモンの材料 「トリプトファン」が 豊富に含まれています！				こめ、むぎ		587 25.4 28.9	快眠献立 
			おやこに	たまご、とりにく		にんじん	たけのこ、しいたけ たまねぎ、グリーンピース	さとう			
			わかさぎフライ	だいず	わかさぎ おきあみ あおさ			こむぎこ かたくりこ こめこ、さとう	あぶら		
			いそかあえ		のり	こまつな にんじん	もやし		ごまあぶら		
16	水	朝	こくとういりしょくパン		だっしふんにゅう			こむぎこ こくとう	ショートニング	563 23.6 27.4	
			ポークビーンズ	ベーコン ぶたにく、だいず		にんじん、トマト	にんにく、しょうが たまねぎ	さとう じゃがいも	あぶら		
			ひじきサラダ	ハム	ひじき チーズ	にんじん	キャベツ	さとう	ごまあぶら		
			バナナ				バナナ				
17	木	朝	おせきはん	あすき				こめ もちこめ	ごま	599 26.5 27.9	入学・進級 お祝い献立 
			とりにくのてりやき	とりにく			しょうが				
			ごまあえ			こまつな にんじん	キャベツ	さとう	ごま		
			とうふのすましじる	とうふ かまぼこ	わかめ		えのきたけ たまねぎ				
			おめでとうデザート	とうにゅう			いちごかじゅう レモンかじゅう	さとう みずあめ			
18	金	朝	むぎごはん					こめ、むぎ		613 25.0 30.0	
			マーボーどうふ	とうふ、ぶたにく みそ		にんじん	にんにく、しょうが たまねぎ、しいたけ ねぶかねぎ	さとう かたくりこ	ごまあぶら		
			あげぎょうざ	ぶたにく、だいず		にら	ねぶかねぎ、にんにく しょうが、キャベツ	こむぎこ さとう	ごまあぶら		
			ナムル			こまつな にんじん	もやし	さとう	ごまあぶら ごま		

※献立は、食材の都合により一部変更する場合があります。(食物アレルギーに関係する食品については、事前にお知らせします)
食物繊維が多い食品は主に体の調子を整える働きがあるため、ビタミンの欄に記載しています。
加工品(ゼリー等)に使用されている果物、ミニトマト以外のトマトは加熱済みになります。

牛乳の容器が...

「ストローレスパック」になりました!!



3月上旬からストローレスパックの導入が始まりました!!

静岡県では、学校給食用ストローのゴミで、年間「約12.5トン」のプラスチックごみ(ストロー約5,000万本)を排出していました。

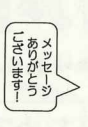
環境を大切にいくために、給食用の牛乳パックが「直飲みしやすい形」に変更になりました。ストローレスパックに切り替わりましたが、必要に応じて、ストローの配布は行っております。

パックの詳細についてなど、丹那牛乳さんのHPに記載されております。
ご家庭でもプラスチックごみについて話題にしながら参考にしてみてください。

HP



感想等



給食の献立をHPに掲載しています。感想、知りたいレシピ等も随時募集しています!

説明部分の絵柄は全部で4種類!!

舌ペロを出している牛さんはレアだとか...
開くときにぜひチェックしてみてくださいね!

