

たのしいきゅうしょく4月



令和5年4月の献立

美幌町学校給食センター

月	火	水	木	金		
えいようか へいきんち 栄養価平均値 エネルギー (kcal) 675 / 813 たんぱく質 (g) 27.5 / 32.9 脂質 (g) 26.5 / 32.2 食塩相当量 (g) 1.92 / 2.53	しょうがっこう / ちゅうがっこう 小学校 / 中学校 とりごもく 鶏五目うどん ちくわの磯辺揚げ (2個) ほうさい 白菜のナムル	きゅうしょくはじ ~給食が始まります~ 学年 開始日 小学1年生 12日(水) 小学2~6年生 7日(金) 中学1年生 7日(金) 中学2~3年生 6日(木)	6 にゅうがくしきしよめい 入学式・始業式 ごはん こまつな みそしる 小松菜の味噌汁 かりん揚げ (ふたにく あげもの) (豚肉の揚げ物) こうみ しお 香味塩キャベツサラダ	7 パンにサラダを はさんで食べてね ポテトサラダパン (食パン/ポテトサラダ) やさい 野菜とベーコンのスープ わかどりすみびや 若鶏炭火焼き ちゅう 中・お祝いいちごクレープ		
		10 ごはん/たまごふりかけ いも みそしる 芋とわかめの味噌汁 さばの塩焼き ふきとさつま揚げの煮物	11 とりごもく 鶏五目うどん ちくわの磯辺揚げ (2個) ほうさい 白菜のナムル	12 カレーライス マカロニサラダ ふくしんづ 福神漬け しょう 小・お祝いいちごクレープ	13 な 菜めしごはん たけのこ す もの 筍とわかめのお吸い物 しらみぎかな 白身魚フライ/ソース (小1以外) キャベツとほうれん草の ごま あ 胡麻和え	14 ソフトフランスパン /いちご&マーガリン クリームポタージュ ミニチキンハーブ (2個) やさい 野菜のケチャップ炒め
		17 ごはん ほうれん草の味噌汁 いわしの生姜煮 にくどうふ 肉豆腐	18 インディアンスパゲティ (カレー味のスパゲティ) クレードルの揚げ芋 (小1個・中2個) しょうこ ちゅうこ (小1個・中2個) げんき 元気ヨーグルト	19 かばやきどん さんま蒲焼丼 (ごはん/さんま蒲焼 しょうび ちゅうび 小2尾・中3尾) かき玉汁 ほうさい 白菜とえのきのポン酢和え	20 ごはん だいこん みそしる 大根ときのこの味噌汁 すぶた 豚 はるさめ 春雨サラダ	21 パンにやきそばを はさんで食べてね やきそばパン (背割りコッパン/やきそば) ちゅうか 中華スープ たいにく やさい 豚肉と野菜の塩だれ炒め
		24 ごはん とうふ あがらあ みそしる 豆腐と油揚げの味噌汁 さばの味噌煮 たけのこ キャベツと筍のソテー	25 しょうゆ 醤油ラーメン にくしゅうまい 肉焼売 (2個) ぎょうざ 餃子のタレ (小1以外) あ 合わせるゼリー (あまおうゼリー、バイン、アロエ)	26 とり どん 鶏にら丼 (ごはん/鶏にら丼の具) チンゲン菜のスープ ごぼうサラダ	27 ごはん・どさんこ汁 クレードルの美幌産 きた 北あかりのコロッケ びほろさん 美幌産アスparaサラダ	28 チキンカレー ハンバーグ ダイスチーズと ほうさい 白菜のサラダ

JAびほろ様から寄贈される美幌産アスparaを提供します。

つごう こんだてないようか
 小都合により、献立内容が変わることがあります。♪牛乳は、毎日つきます。♪11日と25日は、三雄産業のひでちゃん小麦(美幌産)を使用しています。
 きゅうしょくひのうにゅうつき がつ よくとし がつ
 小給食費の納入月は、5月から翌年2月までになります。納入日は、毎月の『たのしいきゅうしょく』でご確認ください。

ご入学・ご進級おめでとうございます



あたが かくねん せいかつ
 いよいよ新しい学年での生活がスタートしました。学校給食は、栄養バランスのとれた食事で子どもたちの健やかな成長を支えるとともに、さまざまなことを学ぶ教材となるものです。
 ちいき しゃげいと い あんぜん えいせい
 地域の食材を取り入れ、安全や衛生に配慮しながら、心を込めておいしい給食作りに努めてまいります。
 しんねんど
 新年度もよろしくお願ひいたします。

給食等を通して学び、身に付けたいこと (保育の視点)

食事の重要性 食事の重要性、喜び、楽しさを理解する。	心身の健康 心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自らを管理していく能力を身に付ける。	食品を選択する能力 正しい知識・情報の基づいて、食品の品質及び安全性等について自ら判断できる能力を身に付ける。
感謝の心 食べ物を大事にし、食料の生産等に関わる人々へ感謝する心を持つ。	社会性 食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付ける。	食文化 各地域の産物、食文化や食に関わる歴史等を理解し、尊重する心を持つ。



	あかの食品	きいろの食品	みどりの食品	その他(調味料)	エネルギー
6	牛乳、油揚げ、豚肉、ハム	米、ビート含蜜糖、油、いりごま、でんぷん	小松菜、人参、玉ねぎ、キャベツ、きゅうり、コーン	味噌、だし、塩麴、醤油、ドレッシング	中 820
7	牛乳、ベーコン、鶏肉、大豆	食パン、小麦、でんぷん、オリーブオイル、砂糖、芋、マヨネーズ、いちごクレープ	人参、玉ねぎ、キャベツ、しめじ、きゅうり	がらすープ、コンソメ、コショウ、醤油、沖縄の塩	小 609 中 703
10	牛乳、卵、油揚げ、さば、さつま揚げ、わかめ、のり	米、ごま、芋	人参、ラワンびき	味噌、だし、食塩、白だし、本みりん	小 649 中 778
11	牛乳、鶏肉、油揚げ、焼きちくわ、あおさ	うどん、小麦、ごま油、ごま、油、でんぷん、ビート含蜜糖、てんぷら粉	大根、人参、しいたけ、長ねぎ、白菜、小松菜、にんにく	だし、本みりん、醤油、酢、そばつゆ	小 679 中 769
12	牛乳、豚肉	米、芋、はちみつ、マカロニ、小麦、砂糖、マヨネーズ、いちごクレープ	にんにく、生姜、玉ねぎ、人参、ブルーネ、きゅうり、福神漬	カレールウ、食塩、酢	小 745 中 881
13	牛乳、鶏肉、ホキ、わかめ	米、小麦、パン粉、でんぷん、ごま、油、ビート含蜜糖	青菜、筍、人参、キャベツ、ほうれん草	だし、沖縄の塩、醤油、食塩、ソース	小 632 中 813
14	牛乳、生クリーム、鶏肉、ウインナー	ソフトフランスパン、小麦、でんぷん、無塩バター、油、いちご&マーガリン、ビート含蜜糖	玉ねぎ、人参、しいたけ、ほうれん草、パセリ、ピーマン、レモン	ベシマルソース、コンソメ、ポターージュ、醤油、沖縄の塩、ケチャップ、チリソース	小 722 中 827
17	牛乳、油揚げ、いわし、豚肉、豆腐	米、水あめ、砂糖、ビート含蜜糖	ほうれん草、人参、玉ねぎ、長ねぎ、生姜	味噌、だし、醤油、酢、本みりん、沖縄の塩	小 657 中 774
18	牛乳、鶏肉、卵、元気ヨーグルト	スパゲティ、小麦、芋、油、砂糖、オリーブオイル、ビート含蜜糖	玉ねぎ、人参、ピーマン、しいたけ、にんにく、トマト	ケチャップ、ウスターソース、カレー粉、カレールウ	小 646 中 808
19	牛乳、卵、さんま	米、砂糖、水あめ、でんぷん	玉ねぎ、人参、長ねぎ、白菜、えのき茸	だし、醤油、みりん、酢、味ぼん	小 651 中 794
20	牛乳、豚肉、卵、わかめ	米、ビート含蜜糖、油、春雨、小麦、でんぷん、ごま、ごま油	大根、えのき茸、長ねぎ、人参、玉ねぎ、ピーマン、もやし、生姜、きくらげ	味噌、だし、ケチャップ、酢、コンソメ、豆板醤、食塩、醤油	小 651 中 808
21	牛乳、豚肉、卵、わかめ	背割りコッペパン、焼きそば、小麦、でんぷん	キャベツ、人参、白菜、長ねぎ、もやし、玉ねぎ	ソース、シャンタン、がらすープ、コンソメ、万能塩たれ	小 618 中 779
24	牛乳、油揚げ、豆腐、さば、豚肉	米、砂糖、でんぷん、ビート含蜜糖	人参、長ねぎ、キャベツ、玉ねぎ、筍、ピーマン	味噌、だし、醤油、オイスターソース	小 627 中 770
25	牛乳、豚肉、なると巻、鶏肉、大豆	ラーメン、小麦、パン粉、ごま油、砂糖、あまおうゼリー、アロエ、ごま、ラード	人参、白菜、長ねぎ、もやし、きくらげ、パイン	がらすープ、シャンタン、醤油、ラーメンスープ、餃子のタレ、食塩	小 810 中 895
26	牛乳、鶏肉、卵	米、でんぷん、ごま油、ごま、ビート含蜜糖、マヨネーズ、砂糖	人参、チンゲン菜、長ねぎ、もやし、にら、にんにく、生姜、ごぼう	醤油、食塩、七味唐辛子、沖縄の塩、コショウ、豆板醤、シャンタン、がらすープ、コンソメ、酒	小 666 中 806
27	牛乳、鶏肉、牛肉、ウインナー	米、芋、北あかり、パン粉、小麦、でんぷん、砂糖、無塩バター、油	玉ねぎ、人参、長ねぎ、コーン、アスパラ、黄パプリカ、生姜	味噌、だし、本みりん、ドレッシング	小 678 中 823
28	牛乳、鶏肉、豚肉、生クリーム、チーズ、ハム、大豆	米、芋、はちみつ、砂糖	にんにく、生姜、人参、玉ねぎ、白菜、きゅうり、ブルーネ	カレールウ、ドレッシング、コショウ	小 755 中 885

からだなか 赤の食品はみんなの体を作ります 黄色の食品は体を動かす力になります みどりの食品は体の調子を整えます

～給食センターからのお願い～

- ① 箸は同じ方向に入れてきちんと閉めましょう。
- ② フォークやスプーンはそれぞれのスプーン通しに同じ方向に入れて閉めましょう。
- ③ ごみは、お盆に残ったまま重ねないようにしましょう。
(ごみが残ったままだと食器洗浄機にごみがつまり、機械の故障につながります。)
- ④ 食器かごから食器を出した後に、食器受け用のお盆をかごに敷きましょう。
(食べ終わった食器の中に汁が残っていることがあり、汚れを広げないよう防ぎます。)
- ⑤ 食器や箸類は、取り出したかごへ必ず戻しましょう。



どうぞよろしく
おねがいします



～ 4月に使用する食材の産地について ～

※町内産	※道内産	※国内産
じゃがいも、麺(小麦粉)、 ビート含蜜糖	精米、パン(小麦粉)、味噌、醤油、豚肉、鶏肉、卵、 小松菜、しいたけ、大根、玉ねぎ(一部)、もやし、にら、長ねぎ	パプリカ、キャベツ、生姜、チンゲン菜、 人参、白菜、ピーマン、ほうれん草

※天候や生育状況により生産不足となり、産地が変わる場合もあります。ご理解の程よろしくおねがいします。