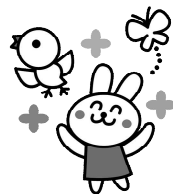




4月

こんだてひょう

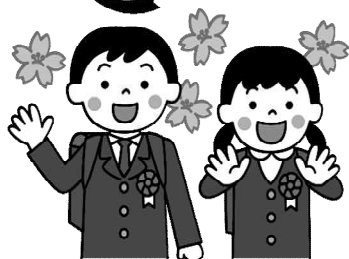


郡須特別支援学校

日付	こんだてめい	あか		みどり		きいろ		エネルギー えんぶん	たんぱく質 脂質
		ちにく 血や肉になるもの	からだ 体の調子を整えるもの	からだ 体の調子を整えるもの	からだ 体の調子を整えるもの	からだ 体の調子を整えるもの	からだ 体の調子を整えるもの		
12 (水)	コッペパン いちごマーガリン チキンナゲット キャベツとコーンのサラダ コンソメスープ	牛乳 ハム ベーコン	チキンナゲット チーズ	キャベツ ブロッコリー かぶ 干しいたけ	にんじん コーン いんげん	コッペパン ケチャップ オリーブオイル	いちごマーガリン 三温糖	718 3.8	30.1 32.5
13 (木)	ご飯 鯖の香味焼き 切り干し大根の煮物 菜の花和え みそ汁	牛乳 あぶらあげ とうふ	さわら きんしたまご みそ	にんにく にんじん なのはな ねぎ	切り干し大根 干しいたけ なめこ	こめ むぎ サラダ油 ごま油 白すりごま	黒いりごま ざらめ糖 さとう	727 2.6	33.3 24.1
14 (金)	ご飯 麻婆豆腐 春雨サラダ わかめスープ 型抜きチーズ	牛乳 とうふ ハム	豚ひき肉 みそ わかめ 型抜きチーズ	生薑 にんにく 干しいたけ キャベツ 黄ピーマン	ねぎ 干しいたけ たまねぎ	こめ むぎ ケチャップ でん粉 はるさめ	さとう 豆板醤 サラダ油ごま油 中華ドレッシング	714 3.0	29.2 24.3
17 (月)	チリコンカンライス チーズサラダ アセロラミルクゼリー	牛乳 豚ひき肉 チーズ	牛ひき肉 ビーンズミックス	たまねぎ にんにく トマト缶 キャベツ ブロッコリー	にんじん トマト缶 きゅうり 赤ピーマン	こめ むぎ チリソース 赤ワイン サラダ油	オリブオイル ケチャップ さとう アセロラミルク	749 2.2	33.4 20.8
18 (火)	ご飯 いわしの梅煮 五目野菜炒め みそ汁 バナナ	牛乳 とり肉 みそ	いわし梅煮 なまあげ	えのき セロリ たまねぎ バナナ	にんじん 青ピーマン にら	こめ むぎ サラダ油	ポテト	718 2.2	28.2 20.8
19 (水)	コッペパン チョコクリーム トマトオムレツ キャベツソテー クリームシチュー	牛乳 ワインナー	トマトオムレツ とり肉	キャベツ 黄ピーマン にんじん	赤ピーマン たまねぎ ブロッコリー	コッペパン サラダ油 シチュールー	チョコクリーム じゃがいも	708 3.4	27.2 30.9
20 (木)	赤飯 花型豆腐ハンバーグ ごぼうサラダ すまし汁 お祝いクレープ ★入学お祝いメニュー★	牛乳 なると	ささげ 豆腐ハンバーグ	大根おろし レモン汁 きゅうり コーン 玉ねぎ みつば えのき	あさつき ごぼうサラダ にんじん	こめ ごま塩	もち米 クレープ	826 3.7	25.7 28.4
21 (金)	ご飯 豚肉のにんにく炒め 大学芋 豆腐チゲスープ 韓国のり	牛乳 豚ひき肉 みそ	ぶた肉 とうふ 韓国のり	生薑 にんにく にんじん いんげん はくさい 干しいたけ	たまねぎ たまねぎ にら ねぎ	こめ むぎ サラダ油 スイートポテト キムチの素	カルピソース 白いりごま 黒いりごま 大学芋たれ	744 2.4	33.1 20.9
24 (月)	ご飯 彩り野菜のたまごやき 肉じゃが もずくスープ 甘夏缶	牛乳 ぶた肉	たまごやき もずく	にんじん いんげん 甘夏缶	たまねぎ えのき	こめ むぎ しらたき ざらめ糖	じゃがいも サラダ油	735 1.8	23.5 25.0
25 (火)	ご飯 豚肉のみそ焼き ひじきの煮物 ごま酢和え みそ汁	牛乳 ひじき 水煮大豆 みそ	ぶた肉 さつまあげ あぶらあげ	しょうが にんじん だいこん キャベツ	ねぎ いんげん きゅうり しめじ	こめ むぎ こんにゃく 白すりごま	さとう サラダ油	744 2.9	30.7 27.4
26 (水)	米粉パン ブルーベリージャム ホキの香草焼き コールスローサラダ ミネストローネ	牛乳 ベーコン	ホキ	レモン果汁 パセリ・ハーブ キャベツ にんじん	たまねぎ トマト缶 きゅうり セロリ にんにく	米粉パン サラダ油 じゃがいも マカロニ	ブルーベリージャム コールスロードレッシング オリーブオイル	702 2.5	34.1 23.4
27 (木)	菜の花ご飯 野菜かき揚げ アーモンド和え わかめ汁 パンナコッタ	牛乳 しらす干し わかめ	野菜かき揚げ とうふ	菜めしの素 キャベツ にんじん ねぎ	なのはな ほうれん草 だけのこ	こめ むぎ しょうゆ	アーモンド パンナコッタ	752 3.7	20.7 32.1
28 (金)	ポークカレーライス 海藻サラダ フルーチェいちご	牛乳 海藻ミックス	ぶた肉	たまねぎ 生薑 にんにく いんげん きゅうり	にんじん セロリ キャベツ コーン	こめ むぎ サラダ油 フルーチェの素 ウスターソース	じゃがいも カレーウ・粉 ケチャップ 青じそドレッシング	711 3.3	23.9 19.7

- ・牛乳は、毎回つきます。
- ・献立は都合により変更することがあります。
- ・カロリーは、中学部・高等部生のエネルギーです。
- ・学校給食摂取基準（中・高等部一人一回あたり）：エネルギー780kcal たんぱく質33.0g 脂質22.0g

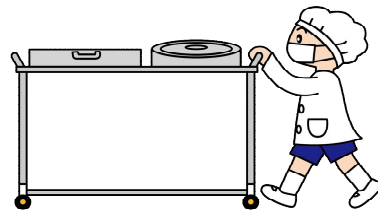
ご入学・ご進級おめでとうございます



春の暖かな陽気に包まれる中、新年度を迎えました。新入生の皆さんは、これから始まる学校生活に期待と不安でいっぱいのことと思います。今年度も引き続き、感染予防対策を取りながらの給食時間となりますが、皆さんが安心して給食を食べられるよう、衛生管理を徹底し、心を込めておいしい給食作りに努めていきます。1年間よろしくお願い致します。



4月食育だより



学校給食について



学校給食とは



「学校給食法」に基づき、教育活動の一環として実施されるものです。成長期にある児童生徒の心身の健全な発達のため、栄養バランスのとれた食事を提供するとともに、望ましい食習慣と食に関する実践力を身につけさせるための重要な教材としての役割も担っています。

学校給食の目標

※「学校給食法」第2条より
抜粋・要約

1 適切な栄養の摂取 による健康の保持増進。	2 食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営む判断力や望ましい食習慣を養う。	3 明るい社会性と協同の精神を養う。
4 自然の恩恵への理解を深め、生命、自然を尊重する精神や環境の保全に寄与する態度を養う。	5 食生活が多くの人々の勤労に支えられていることを理解し、感謝する。	6 伝統的な食文化を理解する。
7 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。		

栄養管理と献立作成



「学校給食摂取基準」に基づき、栄養士が献立を作成しています。「学校給食摂取基準」では、1日に必要な栄養量の3分の1程度を目安に、カルシウムは2分の1など、家庭での食事では不足しがちな栄養素を補えるように基準値が定められています。

「主食・主菜・副菜・汁物・牛乳」の組み合わせを基本に、さまざまな食品や調理法を取り入れ、行事食、郷土料理、外国の料理など、バラエティーに富んだ献立を実施します。



衛生管理

安心・安全な給食が提供できるよう、「学校給食衛生管理基準」に基づき、衛生管理の徹底に努めています。

調理員は健康 チェックをし、身だしなみを整えています。	野菜・果物は流水で3回以上洗います。 ※食材に異物混入がないかもチェックします。	生で食べるミニトマトや果物を除き、すべて加熱します。 ※加熱した食品は、中心温度を測定します。	調理後2時間以内に喫食できるよう、時間を考えて調理します。
---	---	--	---