

令和 5 年

4月の予定献立表



食品群	体内ではたらく
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子をととのえる

学校給食の 栄養基準量		C=エネルギー	P=タンパク質	F=脂質
	小学校	650kcal	21.1~32.5g	14.4~21.7g
	中学校	830kcal	27.0~41.5g	18.4~27.7g

城辺学校給食共同調理場

TEL: 0980-77-8488

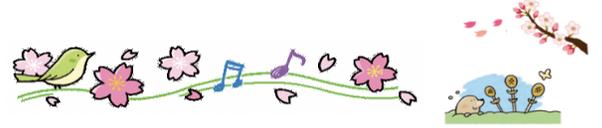
FAX: 0980-77-8490

※食物アレルギーのある児童・生徒は、給食を食べる前に裏面の「詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。家庭・学級においても毎日確認してください。

※材料・その他の都合により献立を変更することがあります。

※なまり節や魚は骨を取り除いていますが、一部残ってしまう場合があります。注意して食べましょう。

※児童生徒の給食費(小学校4600円、中学校5000円)は市が負担しています。



入学・進級おめでとございます

いよいよ新学期のスタートです。よく学び、よく遊び、成長の盛んな時期です。城辺学校給食共同調理場では、給食を通して、子どもたちの食生活をサポートしていきたいと思っています。美味しく安全な給食の提供に努めますので、今年度もどうぞよろしくをお願いします。

《新1年生の給食開始日》 中学校…10日(月) 小学校…17日(月)

栄養指導目標 しょくじのリズムをととのえよう

学校生活がスタートします。3度の食事が1日の生活リズムを作ります。スムーズに学校生活を送るためにも、まずは、「早寝・早起き・朝ごはん」を心がけましょう。また、小学校1年生にとっては初めての給食ですね。徐々に給食時間に慣れていきましょう♪



こ ん だ て	10(月) 始業式	11(火) 4/8島やさいの日献立	12(水) パンの記念日	13(木) 4/12パンの記念日献立	14(金) オレンジデー 4/16もずくの日献立
	小学校 C 580 P 29.1 F 17.7 中学校 C 701 P 33.3 F 20.3	小学校 C 646 P 23.3 F 19.3 中学校 C 784 P 27.8 F 22.8	小学校 C 621 P 24.4 F 18.9 中学校 C 767 P 30 F 22.3	小学校 C 742 P 25.4 F 27.6 中学校 C 939 P 31.2 F 33.8	小学校 C 566 P 21.3 F 16.2 中学校 C 694 P 25.7 F 18.6
こ ん だ て	17(月)	18(火) よい歯の日 4/20ジャムの日献立	19(水) 食育の日～愛知県～	20(木) ジャムの日 4/18よい歯の日献立	21(金) 4/22ハマウリ献立
	小学校 C 697 P 24.9 F 27.3 中学校 C 877 P 31.3 F 34.2	小学校 C 746 P 25.2 F 31.5 中学校 C 946 P 31.6 F 39.4	小学校 C 680 P 30 F 23 中学校 C 822 P 36 F 27.2	小学校 C 622 P 32.6 F 17.4 中学校 C 760 P 39.7 F 20.5	小学校 C 852 P 33.9 F 27.8 中学校 C 997 P 40.7 F 33.7
こ ん だ て	24(月) 4/23さとうきびの日献立	25(火)	26(水)	27(木)	28(金) 4/29昭和の日献立
	小学校 C 620 P 25.6 F 19.1 中学校 C 757 P 31.4 F 22.3	小学校 C 684 P 29.6 F 19.6 中学校 C 836 P 36.1 F 23.5	小学校 C 576 P 25.1 F 15.6 中学校 C 728 P 32.5 F 19.5	小学校 C 654 P 30.7 F 24.2 中学校 C 803 P 37.3 F 28.8	小学校 C 664 P 28.4 F 21.5 中学校 C 802 P 34.1 F 25.1

献立表確認のお願い

給食で初めて食べる食材はありますか？

食物アレルギーは、乳児がもっとも多く、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、家庭で食べることをおすすめします。

★給食準備のコツ★

①まずは手洗い(爪も切りましょう)

②食缶の汁は一度かきまぜる(みんなに具がわたるように)

③ごはんやおかずは等分して、人数の目安をつくりましょう。

《欠食予定》

28日 福嶺小全学年