

4月給食だより

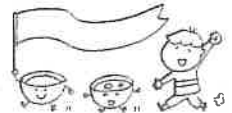


2023年

雲南市加茂学校給食センター

今月の給食目標

給食について知り、楽しく食べよう！



学校給食は、みなさんの体と心の成長を支えるために、安心安全で栄養バランスの整ったおいしい給食になるよう心がけています。給食を通して、様々な食体験をしながら、食べる楽しみや食事マナーなどを身につけていってくださいね。

今月の地元食材

こめ、ぎょうにゅう、たけのこ
キャベツ、あすっこ、アスパラガス
こまつな、ほうれんそう、ねぎ
きりほしだいこん、だいず、たまご

水曜日		木曜日		金曜日					
12	ポークカレー 牛乳 お米とポテトのササミフライ コーンサラダ	13	むぎごはん 牛乳 さわらのごまマヨ焼き 磯香あえ 豚汁	14	お祝い献立 ちらし寿司 牛乳 鶏の竜田揚げ あすっこのごまあえ すまし汁 お祝いデザート				
エネルギー (kcal)		エネルギー (kcal)		エネルギー (kcal)					
幼 522 小 671 中 864		幼 508 小 625 中 769		幼 525 小 665 中 784					
17	ビビンバ 牛乳 むぎごはん 肉みそ、ナムル 中華風スープ	18	コッペパン 牛乳 いちごジャム タンドリーチキン プチッと玄米サラダ グリーンポタージュ	19	むぎごはん 牛乳 さばのみそ煮 なかよしポテトサラダ けんちん汁	20	雲南☆まいもんの日 たけのこごはん 牛乳 鶏肉と大豆の揚げ煮 切干大根ののりマヨあえ ★キャベツと油揚げのみそ汁	21	むぎごはん 牛乳 照り焼きハンバーグ まめなサラダ かきたま汁
エネルギー (kcal)		エネルギー (kcal)		エネルギー (kcal)					
幼 513 小 641 中 795		幼 545 小 686 中 798		幼 562 小 663 中 839					
24	ツナ丼 牛乳 納豆あえ にこにご団子みそ汁	25	むぎごはん 牛乳 鶏肉のマーレード焼き あすっこサラダ ポークビーンズ	26	むぎごはん 牛乳 かつおのごまがらめ 三色おひたし わかめと豆腐のみそ汁	27	ごもく五目うどん 牛乳 小さいわしの米粉揚げ 甘酢和え みしょうかん	28	むぎごはん 牛乳 豚肉のしょうが焼き ごまあえ たけのこのみそ汁
エネルギー (kcal)		エネルギー (kcal)		エネルギー (kcal)					
幼 488 小 607 中 746		幼 600 小 730 中 892		幼 511 小 639 中 795					

※都合により、献立の一部を変更することがあります。

「雲南☆まいもんの日」

今年度も月1回、「雲南☆まいもんの日」を実施します。雲南市で作られるおいしい食材を使った給食をみなさんに届けたいと思います。

今月は、春の食材を使った「たけのこごはん」です。

また、和え物には冬に雲南市内でとれた大根を加工し、切干大根にしたものを使っています。春の味覚や雲南市のおいしい食材を味わっていただきたいと思います。

食事マナーを守って食べよう

食事マナーは、相手への思いやりの気持ちがあらわれたものです。食事の場が楽しい雰囲気になるようにみんなで気をつけましょう。

雲南☆まいもんの日のみそ汁『キャベツと油揚げのみそ汁』

今年度は、昨年度に募集した「我が家のみそ汁レシピ」の中から提供します。今回は、加茂小学校4年生の児童が考えたみそ汁です。今の時期にうれしい春キャベツをたくさん使ったみそ汁です。おいしくいただきます。

給食時間の約束

<p>茶わんや汁わんは手に持って食べよう</p>	<p>好ききらいをしないで食べよう</p>	<p>口に食べ物を入れたまま話さないようにしましょう</p>
<p>食べている途中で立ち歩かないようにしましょう</p>	<p>食事中にきたない話はやめよう</p>	<p>よくかんで楽しく食べよう</p>