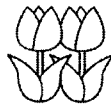
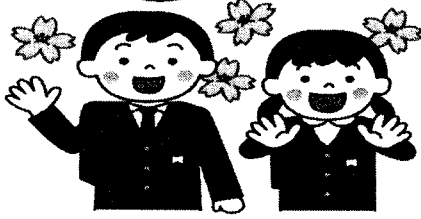


4月給食だより



令和3年4月
調布市立第一小学校

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だと思います。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も努めていきます。1年間よろしくお願い致します。

給食の約束 ~「新しい生活様式」バージョン

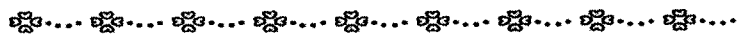


みんなが気持ちよく給食を食べられるように、協力して準備や後片付けをし、マナールールを守って過ごしましょう。



<p>窓やドアを開けて教室内を換気しましょう。</p> <p>換気</p>	<p>机の上をきれいに片づけましょう。</p>
<p>せっけんで手をきれいに洗い、清潔なハンカチやタオルでふきましょう。</p> <p>手の甲、手のひら、指の間、手首</p>	<p>給食当番は、身支度をしっかり整えましょう。</p> <p>※発熱・腹痛・下痢・吐き気があるなど体調が悪い場合、給食当番はできません。</p>
<p>給食当番以外の人は、席で静かに待ちましょう。</p>	<p>「いただきます」のあいさつをしてから、マスクを外しましょう。</p>
<p>姿勢よく、前をむいて静かに食べましょう。</p> <p>※食べているときは、なるべくしゃべりません。</p>	<p>食べ物は食べやすい大きさにして、よくかんで食べましょう。</p> <p>※早食いや詰め込み過ぎは、食べ物のどに詰まり窒息する危険があります。</p>
<p>苦手な食べ物でも、ひと口食べてみましょう。</p>	<p>決められた時間内に、食べ終わるようにしましょう。</p>
<p>「ごちそうさまでした」のあいさつをする前に、マスクをしましょう。</p>	<p>食べ残しは、それぞれの食缶に戻し、食器は種類ごとに重ねましょう。</p>

4月のこんだて表



令和3年度 調布市立第一小学校

日	曜	こんだて 献立名	牛乳	黄色の食品	赤の食品	緑の食品	エネルギー たんぱく質
				はたらちから 働く力になる	血や肉になる	からだ 体の調子を整える	
9	金	菜の花と卵の混ぜ寿司 魚の西京焼き 春野菜の炊き合わせ フルーツ	○	米 砂糖 ごま油 こんにやく じゃがいも	牛乳 鮭 卵 みそ 糖 さつま揚げ	菜の花 人参 たけのこ ふき 絹さや 清美オレンジ	609kcal 28.2g
12	月	中華丼 白身魚のウースタン 新じゃがチップス	○	米 油 でんぶ じゃがいも	牛乳 豚肉 さつま揚げ いか ほたて 白身魚 豆腐	玉葱 たけのこ 人参 きくらげ キャベツ もやし 青梗菜 ねぎ 白菜 コーン じゃがいも	629kcal 24.3g
13	火	クロックムッシュ 春野菜のポトフ スパイシー大豆 フルーツ	○	食パン 砂糖 油 じゃがいも でんぶ	牛乳 卵 チーズ ハム 豚肉 ウインナー 大豆 ひよこ豆	人参 玉葱 キャベツ いちご	548kcal 26.9g
14	水	キャベツとスナップえんどうのチキンカレー さつまいもとかぼちゃのサラダ りんごゼリー	○	米 油 小麦粉 砂糖 さつまいも	牛乳 鶏肉	玉葱 トマト キャベツ スナップえんどう かぼちゃ 人参 コーン きゅうり りんごジュース	674kcal 17.9g
15	木	たけのこごはん 焼きししやも こんにやくサラダ ごまみそ汁	○	米 砂糖 こんにやく ごま	牛乳 油揚げ みそ ししやも	たけのこ 絹さや キャベツ きゅうり パプリカ ごぼう 人参 大根 小松菜 しめじ ねぎ	559kcal 23.7g
16	金	ごはん 和風おろしハンバーグ 揚げごぼうのごま和え 鶏と白菜汁	○	米 油 小麦粉 山芋 砂糖 でんぶ ごま	牛乳 豚肉 大豆 豆腐 鶏肉	玉葱 大根 ごぼう 白菜 人参 しめじ ねぎ 小松菜	628kcal 28.0g
19	月	ツナピラフ ミートボールシチュー フルーツ	○	米 油 でんぶ 砂糖 じゃがいも 小麦粉	牛乳 ツナ 豚肉 大豆 豆腐 ひよこ豆	玉葱 パプリカ マッシュルーム パセリ グリーンピース 人参 コーン トマト 清美オレンジ	649kcal 22.5g
20	火	ごはん マーボー豆腐 中華風春雨スープ	○	米 油 砂糖 春雨 でんぶ	牛乳 豚肉 大豆 豆腐 みそ	人参 玉葱 たけのこ ねぎ しいたけ もやし 小松菜 しめじ コーン	610kcal 23.9g
21	水	しらすとわかめごはん 肉じゃがうま煮 フルーツ	○	米 ごま じゃがいも こんにやく 砂糖 油	牛乳 しらす 豚肉 生揚げ	しいたけ たけのこ 玉葱 いんげん いちご	640kcal 22.4g
22	木	いわしのかば焼き丼 春キャベツのごま和え 大根となめこのみそ汁	○	米 でんぶ 油 砂糖 ごま	牛乳 いわし 豆腐 油揚げ みそ	キャベツ もやし 人参 ほうれん草 大根 ねぎ なめこ	644kcal 25.9g
23	金	スパゲティミートソース ポテトサラダ 青梗菜と卵のスープ	○	スパゲティ 油 砂糖 でんぶ じゃがいも	牛乳 豚肉 大豆 ベーコン 卵	パセリ 玉葱 人参 マッシュルーム セロリ 青梗菜 ねぎ もやし コーン きゅうり	599kcal 23.5g
26	月	フォカッチャ キャベツ入りメンチカツ 海藻サラダ オニオンスープ	○	フォカッチャ 油 小麦粉 山芋 小麦粉 でんぶ 砂糖	牛乳 豚肉 大豆 ベーコン	玉葱 キャベツ もやし きゅうり コーン セロリ パセリ	643kcal 26.8g
27	火	ごはん 魚のみそチーズ焼き 野菜炒め 臭だくさんみそ汁	○	米 砂糖 油 じゃがいも	牛乳 豚肉 鮭 みそ チーズ 生揚げ	玉葱 人参 キャベツ もやし しめじ ピーマン 大根 ねぎ えのき	634kcal 30.5g
28	水	みそラーメン 棒餃子 野菜のナムル	○	中華麺 油 春雨 山芋 でんぶ 餃子皮	牛乳 豚肉 みそ 大豆	メンマ 人参 しいたけ もやし コーン ねぎ じゃがいも 白菜 小松菜 キャベツ 大根	599kcal 22.6g

《市内産野菜》 春キャベツ
《姉妹都市木島平村産食材》 しめじ なめこ きくらげ えのき 油揚げ

給食がはじまるよー!

＜1年生の給食は19日(月)から始まります＞

給食の時間は準備から片付けまで40分間です。そのうち食事の時間はおよそ20分です。
果物の皮をむくことや食器の片付けなど、自分のことは自分でできるようにしておきましょう。



＜学校給食食材の放射性物質検査について＞

調布市では東日本大震災以降、学校給食食材の放射性物質検査を実施してまいりましたが、検査開始以降10年間、国の定める基準値を超える検出がなかったことから、この度検査を終了することといたしました。食品中の放射性物質検査は、国のガイドラインに基づいて地方自治体が行い、検査結果を厚生労働省ホームページで公表しております。今後はそちらを御確認ください。学校給食用牛乳については、東京学乳協議会が年5回自主的に検査を実施し、その結果を公益財団法人東京都学校給食会のホームページに掲載しております。なお、給食を辞退し、水筒や弁当をお持ちになられる希望がある場合は学校にお申し出ください。

小中学校28校で使用した主な食材の産地については、引き続き調布市ホームページで公表してまいります。

【厚生労働省 食品中の放射性物質月別検査結果】

<https://www.mhlw.go.jp/stf/kinkyu/0000045250.html>

【公益財団法人東京都学校給食会 学校給食用牛乳放射性物質検査結果】

http://www.togakkyu.or.jp/safety/school_milk.html

給食費のお知らせ

今年度1回目の引落しは5月6日(木)です。
2～6年生は4・5月分が引落としとなります。1年生は6月から4・5月分が引落としとなります。
＜5月＞各学年2ヵ月分
2年生...8900円、3・4年生...9300円
5・6年生...9700円
＜6月＞1年生2ヵ月分、3年生以上1ヵ月分
1年生...8900円、2年生...4450円
3・4年生...4650円、5・6年生...4850円
7月以降1月まで1ヵ月分引落しです
最終2月は回数に応じた額での引落しとなります。

