

4月給食だより

入学・進級おめでとう

うららかな春の日差しのもと、ピカピカの新入生を迎え、新年度が始まりました。ご入学・ご進級おめでとうございます。4月は、新しい生活への期待に胸を膨らませる一方で、環境が変わり疲れやストレスがたまりやすくなる時期でもあります。夜は早めに寝て、朝食をしっかりと食べてから登校することが大切です。今年度も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づくりに努めていきます。よろしくお願いいたします。



「学校給食」は **生きた教材** です!

学校給食は、「学校給食法」に基づき実施されるもので、栄養バランスのとれた食事を提供することにより、成長期にある子どもたちの健康の保持・増進を図るとともに、望ましい食習慣と食に関する実践力を身に付けさせることを目的としています。単なる食事ではなく、教育の一環に位置付けられ、以下の7つの目標を達成することを目指しています。



学校給食の目標 (「学校給食法」第2条より)

- 1 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。
- 2 日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。
- 3 学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。
- 4 食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。
- 5 食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。
- 6 我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。
- 7 食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。



給食には、たくさんの学びが詰まっています……



給食当番活動を通して学ぶこと……

給食当番は交代制で、給食の準備・配膳・後片付けなどを行います。当番活動を通して、衛生への配慮や配膳の仕方を身につけるだけでなく、自分自身で考えて行動すること、責任をもって役割を果たすこと、友達と協力して仕事をするなどことを学びます。



給食の決まり・食事のマナーを守りましょう

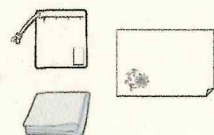
給食の前に、机の上を片付けましょう。	手をきれいに洗いましょう。	給食当番は身支度を整え、健康チェックをしましょう。
協力して準備をしましょう。	全員の給食がそろったら、「いただきます」をしましょう。	姿勢よく、持てる食器は手に持って食べましょう。
食べ物は、食べやすい大きさにして、よくかんで食べましょう。	時間内に食べ終わるようにしましょう。	食器は大切に扱きましょう。

布田小学校の給食について

- 1日に必要な栄養量のおよそ1/3を目安に献立を作成しています。
- 化学調味料を使用せず、だしはかつお節や昆布、鶏がらや豚骨などからとっています。
- シチューなどのルーは、小麦粉、バター、油をじっくり炒めて作っています。また、コロッケやしゅうまい、ハンバーグなども1つ1つ手作りで。
- ベーコン・ハム・ウインナー類、竹輪・かまぼこなどの練り製品は、無添加のものを使用しています。
- 献立や食材を知ってもらうために、多くの材料を使います。旬の食材や季節の行事食、日本の郷土料理や世界の料理などを取り入れ、バラエティー豊かな献立になるようにしています。
- リザーブ給食、バイキング給食など給食を楽しんでもらえるような工夫をしています。

給食で必要なもの

ランチョンマット、給食用ハンカチを袋に入れてお持ち下さい。
給食の前には手を洗い、机の上にランチョンマットを敷いて食べます。
毎日清潔なものを用意して下さい。



給食当番になったら

白衣と帽子、袋は週末に持ち帰り、洗濯したものを週明けに持ってきて下さい。





こんだてひょう



令和 5 年度



調布市立布田小学校

日	献立名	牛乳	赤の仲間	黄色の仲間	緑の仲間
			血や肉になる	熱や力の元になる	体の調子を整える
10 水	花見寿司	○	極細かまぼこ・のり・桜でんぶ	米・砂糖	干し椎茸・かんぴょう・人参・れんこん・絹さや
	魚のごまだれ焼き		鯖	三温糖・白ごま	生姜
	花魁のすまし汁		絹ごし豆腐	花魁	小松菜・人参・えのきたけ・ねぎ
	お花見団子			大福もち	
11 木	香キャベツのスパゲティ	○	ハム・ツナ	スパゲティ・オリーブ油	にんにく・玉葱・キャベツ・小松菜・レモン
	ミネストローネ		ベーコン	じゃがいも・油	にんにく・人参・玉葱・ホールトマト・ホールコーン
	マドレーヌ		豆乳クリーム・調製豆乳	砂糖・小麦粉・油・乳不使用マーガリン	
12 金	五目チャーハン	○	焼豚・卵	米・油	人参・ねぎ・きくらげ・グリーンピース
	いかの南蛮焼き		いか		ねぎ・にんにく・生姜
	もやしと枝豆の中華あえ			砂糖・ごま油	もやし・小松菜・人参・枝豆
	中華スープ		豚肉・絹ごし豆腐	ごま油	人参・キャベツ・もやし・小松菜・えのきたけ・ねぎ
15 月	鶏ごはん	○	鶏肉・油揚げ	米・アルファ化米・砂糖	人参・だけのご
	焼きししゃも		ししゃも		
	野菜のおひたし				キャベツ・人参・もやし・白菜
	新じゃがいもそぼろ煮		豚挽肉・生揚げ	こんにゃく・じゃがいも・砂糖・でんぶん・油	生姜・人参・玉葱・グリーンピース
16 火	オレンジフレンチトースト	○	調製豆乳	食パン・砂糖	オレンジジュース
	ポトフ		ウィンナー・ベーコン・鶏肉	じゃがいも	人参・玉葱・キャベツ・セロリー・ブロッコリー
	炒めサラダ		ベーコン	しらたき・ノンエッグマヨネーズ・油	エリンギ・れんこん・人参・ごぼう
17 水	カレーライス	○	豚肉	アルファ化米・じゃがいも・小麦粉 乳不使用マーガリン・油	にんにく・生姜・玉葱・人参・グリーンピース
	ツナコーンサラダ		ツナ	砂糖・サラダ油	もやし・人参・キャベツ・ホールコーン・玉葱
	青のりピーンズ		大豆・青のり	でんぶん・油	
18 木	五目ラーメン	○	豚肉・わかめ	蒸し中華めん・油	にんにく・生姜・人参・白菜・もやし・ねぎ
	魚とチーズの包み揚げ		鯖・ピザチーズ	春巻きの皮・小麦粉・油	
	小松菜のナムル			ごま油・砂糖	豆もやし・白菜・人参・小松菜・にんにく
	果物（清見オレンジ）				清見オレンジ
19 金	鶏ごぼうピラフ	○	鶏肉	米・油	人参・ごぼう・マッシュルーム・ホールコーン 玉葱・グリーンピース・パセリ
	スパニッシュオムレツ		ハム・ダイスチーズ・卵	じゃがいも・油	玉葱・ほうれんそう
	ポテトとコーンのポタージュ		ベーコン・無調整豆乳	じゃがいも・油	玉葱・クリームコーン
22 月	ごはん	○		米	
	麻婆豆腐		豚挽肉・押し豆腐・赤味噌	油・砂糖・ごま油・でんぶん	生姜・にんにく・人参・玉葱・筍・ねぎ・干し椎茸
	鶏とニラのスープ		鶏肉・木綿豆腐・卵	でんぶん	玉葱・ニラ・ホールコーン
	つぶつぶオレンジゼリー		アガー	砂糖	オレンジジュース・みかん缶
23 火	きつねうどん	○	豚肉・油揚げ	うどん・砂糖	人参・しめじ・小松菜・ねぎ・干し椎茸
	かつおの揚げ煮		鰹	でんぶん・油・砂糖・ごま油・白ごま	生姜
	白菜と大根のサラダ		塩昆布	砂糖・油・ごま油	大根・白菜・人参
24 水	ひじきと桜えびのごはん	○	豚肉・ひじき・油揚げ・桜エビ	米・三温糖	人参・グリーンピース
	お野菜たっぷりハンバーグ		鶏挽肉	パン粉・でんぶん・砂糖	ねぎ・人参・香キャベツ・大根・生姜
	細霧天と野菜の甘酢		細霧天	砂糖・ごま油	キャベツ・白菜・ほうれんそう・人参
	大根と油揚げの味噌汁		油揚げ・赤味噌・白味噌		大根・白菜・ねぎ
25 木	いちご蒸しパン	○	調製豆乳・豆乳クリーム	蒸しパンミックス・乳不使用マーガリン・砂糖	いちごジャム・いちご
	鮭ときのこのシチュー		鮭・ベーコン・調製豆乳 豆乳クリーム	じゃがいも・油・乳不使用マーガリン・小麦粉	玉葱・人参・しめじ・マッシュルーム
	切り干し大根の洋風サラダ		干ひじき	オリーブ油・砂糖	切り干し大根・きゅうり・人参・もやし
26 金	わかめご飯	○	炊き込みわかめ	アルファ化米	
	肉じゃがコロッケ		豚肉	糸こんにゃく・じゃがいも・砂糖 小麦粉・生パン粉・パン粉・油	玉葱・ごぼう・人参
	野菜のおかかあえ		おかか	ノンエッグマヨネーズ	小松菜・もやし・人参・キャベツ
	けんちん汁		豚肉・絹ごし豆腐・油揚げ	こんにゃく	大根・人参・ねぎ

※ウィンナー、ベーコン、ハム、パン粉、練製品は乳卵を使用していません。
 ※行事や仕入れの都合により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。