

給食だより

令和 3年 4月 6日
調布市立多摩川小学校
校長 安藤 力也
栄養士 小林 千晶

ご入学・ご進級おめでとうございます

春の暖かな日差しに包まれ、希望に満ちた新学期が始まりました。給食は8日から始まります。学校給食は、子供たちが栄養バランスのとれた食事を先生や友達と一緒にふれあいながら食べることで、心とからだの健康を増進させ、体位の向上を図ろうとするものです。今年度も、安全・安心を心がけ、子供たちに喜んでもらえるような給食づくりに励みたいと思いますので、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

給食室の紹介

給食室一丸となって、安全で美味しい給食を提供できるよう頑張ります！

調理業務 今年度も引き続き東洋食品株式会社に委託されました。

栄養士 小林 千晶

★どうぞよろしくお願いいたします。



学校給食の7つの目標

<p>①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。</p>	<p>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。</p>	<p>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。</p>	<p>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。</p>
<p>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。</p>	<p>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。</p>	<p>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。</p>	

多摩川小学校の給食は・・・

★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。

栄養バランスのとれた給食で、子供たちの健康を支えています。

★化学調味料を使用せず、手作りで調理しています。

だしやスープは、けすり節・昆布・鶏がら・豚がらなどから丁寧にとります。シチューなどのルウは、バター・油・小麦粉をじっくり炒めて作ります。

★季節の旬の食材を使用し、楽しい給食を目指しています。

給食を通じて季節感を大切にし、行事食や伝統食、リザーブ給食などを取り入れることで食べる楽しみを高めます。

★給食を通じて「食育」を進めています。

「食を通じたこころとからだの健康づくり」として、心もからだも味覚も成長できるよう、各学年で食育指導を行っています。食育の日（毎月19日）には、『ま・ご・わ・や・さ・し・い』の食材を使用し、いろいろな食材をとることの大切さを伝えたり、『ブックメニュー』や『世界の料理』などで、毎日の給食を通じて「食」に関する経験を増やしています。



《ランチョンマットとハンカチについて》

給食の前には手を洗いうがいをして、机の上にランチョンマットを敷いて食べます。ランチョンマットと給食用ハンカチは、毎日きれいなものを用意してください。

《給食当番について》

当番で使用した白衣・帽子・袋は週末に持ち帰り、洗濯したものを月曜日に持ってきてください。ボタンのほつれやゴムが伸びていないか等、点検していただくと助かります。





4月 献立表



令和3年4月6日
調布市立多摩川小学校
校長 安藤 力也
栄養士 小林 千晶

日	献立	赤の仲間 血やにくになる	黄の仲間 熱や力元の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー たんぱく質
8月	たけのこごはん 鱈の梅みそ焼き 野菜のごまあえ すまし汁	○	ぎゅうにゅう あぶらあげ さわら みそ ちらしかまぼこ	こめ さとう ごま	522 kcal 24.8 g
9月	山菜うどん 竹輪の磯辺揚げ 五目さんぴら いちご	○	ぎゅうにゅう とりにく ちくわ あぶらあげ あおのり さつまあげ	うどん こめこ あぶら じゃがいも さとう	564 kcal 23.0 g
12月	豚キムチチャーハン 揚げワンタン バンバンジーサラダ	○	ぎゅうにゅう ぶたにく 大豆 とりにく みそ	こめ あぶら ごま でんぷん さとう ワンタンのかわ	524 kcal 18.7 g
13日	ひじきごはん 豆腐の田楽 白菜と水菜のゆず酢あえ 若竹汁	○	ぎゅうにゅう ひじき ちくわ とりにく とうふ みそ わかめ	こめ あぶら さとう	519 kcal 19.6 g
14日	トマトスープスパゲティ ブロッコリーのサラダ スイートピーズ	○	ぎゅうにゅう とりにく みそ いんげんまめ とうにゅうクリーム	スパゲティ あぶら さとう さつまいも マーガリン	496 kcal 18.0 g
15日	中華丼 わかめともやしのスープ わかさぎの南蛮揚げ	○	ぎゅうにゅう ぶたにく いか えび わかめ わかさぎ	こめ あぶら でんぷん さとう	572 kcal 24.6 g
16日	鮭若ごはん 新じゃがと野菜の煮物 大根となめこのみそ汁 テコポン	○	ぎゅうにゅう さけ たきこみわかめ ぶたにく なまあげ わかめ みそ	こめ ごま あぶら じゃがいも さとう	596 kcal 21.9 g
19日	ナンのカレー風味焼き 春野菜のポトフ キラキラポンチ	○	ぎゅうにゅう とうにゅう ぶたにく ウィンナーセージ かんてん	ナン あぶら こむぎこ エッグケアマヨ じゃがいも さとう	592 kcal 21.2 g
20日	焼豚チャーハン 麻婆豆腐 華風きゅうり	○	ぎゅうにゅう やきぶた ぶたにく だいす とうふ みそ	こめ あぶら さとう でんぷん	507 kcal 22.9 g
21日	チキンライス マカロニグラタン 春キャベツのスープ	○	ぎゅうにゅう とりにく とうにゅう ベーコン	こめ マーガリン マカロニ あぶら こむぎこ パンこ	596 kcal 22.6 g
22日	ミルクパン キャベツ入りメンチカツ ポテトサラダ ABCスープ	○	ぎゅうにゅう ぶたにく だいす とうにゅう ベーコン	ミルクパン あぶら パンこ こむぎこ でんぷん じゃがいも 油 Eggケアヨ さとう	675 kcal 24.1 g
23日	五目いなり寿司 炒めたくあん さつまいも汁 清見	○	ぎゅうにゅう ひじき あぶらあげ みそ	こめ さとう あぶら こま さつまいも	729 kcal 27.9 g
26日	きのこピラフ ミートポテトのチーズ焼き ごぼうのサラダ	○	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン ぶたにく だいす ピザチーズ	こめ マーガリン ごま あぶら じゃがいも こむぎこ さとう エッグケアマヨ	600 kcal 20.7 g
27日	五目焼きそば 白身魚のウースタン じゃが丸くん	○	ぎゅうにゅう かれい ぶたにく あおのり とうふ とうにゅう ささかまぼこ	ちゅうかめん あぶら でんぷん じゃがいも さとう スパイスドック	580 kcal 24.1 g
28日	ごはん 鱈のみそ煮 野菜の磯香あえ いもだんご汁	○	ぎゅうにゅう さば みそ のり とりにく	こめ さとう じゃがいも でんぷん あぶら	652 kcal 28.4 g

(調布市の学校給食には、安全性が確認された食材を使用しています。また、食材の都合により献立が変更になる場合があります。ご了承ください。)
多摩川小学校では、新潟県産「コシヒカリ」を給食に使用しています。姉妹都市である長野県木島平村や地域の農家からの食材も使用しています。
木島平村産：えのき ぶなしめじ なめこ 地場野菜：今月は地場野菜の利用はありません。

<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、東京学乳協会の年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
【調布市 給食食材産地公表】
<https://www.city.chofu.tokyo.jp/www/genre/000000000000/1416895868196/index.html>

【給食費納入のお願い】

・5月6日(木)に4・5月分まとめて引落されます。未納となりませんよう、4月28日(水)までにご入金をお願いいたします。
(1年生のみ、6月からの引落しとなります。)
・給食費は毎月5日に引落されます。5日が休業日の場合は、翌営業日に引落されます。1回の引落しにつき、10円の手数料負担をお願いしています。
<月額>
1・2年生：4,450円 3・4年生：4,650円
5・6年生：4,850円
※詳細につきましては、後日 配布されるおたよりをご確認ください。