

4月の予定献立表

食品群	体内でのほたらき
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	体の調子をとのえる

※材料、そのほかの都合により献立を変更することがあります。
 ※魚、肉類(鶏・牛・豚)には、骨がある可能性がありますので、よくかんで気を付けて食べましょう
 ※食物アレルギーのある児童生徒は、給食を食べる前に別紙の「アレルギー献立表」で内容を必ず確認しましょう。家庭、学校においても毎日確認してください。

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

入学・進級おめでとう

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、朝食をしっかり食べてから登校することが大切です。
 今年度も、安心・安全でおいしい給食を提供できるよう職員一丸となって取り組んでまいります。学校給食へのご理解・ご協力のほど、よろしくお願ひ致します。

「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ることなど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ています。

給食には、たくさんの学びが詰まっています

- 栄養バランス
- ふるさとの食文化
- よりよい人間関係の形成
- 食の喜び・楽しさ
- 世界の食文化
- 食に関する知識・理解・関心
- 感謝の心
- 食料の生産・流通・消費
- 日本の伝統行事と行事食

こんだて		9(火) 進級おめでとう お祝いデザート 小2年~6年・中2年~3年 タマナー チャンプルー わかめごはん イナムドウチ	10(水) 食事のマナー お祝いデザート 小1年・中1年 ジャーマンポテト 黒糖パン きこのクリームスープ	11(木) 手洗い! 大切! 給食用アーモンド 豚丼の具 ごはん もずくのみそ汁	12(金) 疲れを吹きとばすビタミンB1 いわしの梅煮 ごはん 大根のそぼろ煮
こんだて	15(月) よくかんで食べよう! フルーツポンチ ごはん チキンカレー	16(火) わたしは、だーれ! レモンマフィン ツナとトマトのスパゲティー ほうれん草オムレツ	17(水) 好き嫌いをくそう! ホイコーロー ごはん 肉団子の中華スープ	18(木) 磯の香りがいっぱいアーサ 清美みかん 千切りイリチー ごはん アーサ汁	19(金) じゃがいもでパワーアップ ブロッコリーソテー 揚げパン(潮小、潮中) コッパン マーシャルビーンズ ミネストローネ
こんだて	22(月) 焼売、餃子、春巻の違い 肉焼売 ごはん マーボー大根	23(火) 交互に食べよう シークワサータルト プルコギ ごはん わかめスープ	24(水) 体内時計 パインクレープ 煮込みうどん 野菜コロッケ	25(木) ごぼうを食べる国は! スティック納豆 きんぴらごぼう ごはん 豚汁	26(金) 日本の誇りおはしの文化 スルールのシークワサーソースかけ ごはん 沖縄風煮つけ

お知らせ
 小学校1年生の保護者の方
 小学校へ入学すると学校給食が始まります。学校給食に慣れるために10日(水)から12日(金)までは、補食給食となります。その間は栄養面で十分ではありませんので家庭で補って頂きますようお願いいたします。

9日(火) 入学式のため給食なし
10日(水)
 牛乳、お祝いデザート
11日(木)
 なかよしパン、リンゴジャム
12日(金)
 黒糖パン、型抜きチーズ、ぶどうゼリー
15日(月) 完全給食開始
 ※アレルギーは1年生用献立表をご覧ください

糸満市立学校給食センターHPLレシピ掲載中!!

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。 	食器は大切に扱いましょう。

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を学びます。

みだしなみ整っていますか?

- ぼうしにかみのけをきちんと入れる
- マスクははなまでおおう
- 白衣は正しい清けつに
- つめをみじかくきる
- 手をせっけんできれいにあらう

★ 給食費 ★

保護者の皆様にご負担頂く給食費は材料費のみに使用させていただいています。
 今年度4月より保護者の皆様にご負担頂く給食費は変わりありませんが、市からの補助を頂き下記の金額で給食を実施いたします。
 ご理解とご協力をお願いいたします。

	小学校	中学校
保護者負担(月)	4300	4800
市からの補助(月)	700	800
合計(月)	5,000	5,600

1日あたり
 小学校 = ¥5000 × 11か月 ÷ 201日 = ¥273
 中学校 = ¥5600 × 11か月 ÷ 201日 = ¥308