

日	曜日	こんだて	体内での働き			エネルギー タンパク質 カルシウム
			おもに体をつくる食品	おもにエネルギーのもとになる食品	おもに体の調子を整える食品	
11	木	ごはん 鶏の甘酢かけ 菜の花あえ 桜かまぼこのすまし汁 牛乳	鶏肉 わかめ かまぼこ 牛乳	こめ 強化米 油 さとう マロニー	菜の花 ほうれんそう はくさい にんじん	569kcal 21.6g 271mg
12	金	麦ごはん ぶたのしょうがやき キャベツのナムル 大根とさといものみそ汁 牛乳 デコボン	豚肉 みそ 牛乳	こめ 強化米 おおむぎ さとう 油 ごま ごま油 さといも	たまねぎ しょうが キャベツ チンゲンサイ 黄パプリカ だいこん こまつな デコボン	589kcal 24.8g 314mg
15	月	麦ごはん ホークカレー ハムステーキ もやしサラダ 牛乳	豚肉 ハム 牛乳	こめ 強化米 おおむぎ じゃがいも 油 ノアルドール-カルフルク 和風ごましょうゆドレッシング	しょうが にんにく たまねぎ にんじん もやし きゅうり 赤パプリカ	691kcal 26.2g 433mg
16	火	コッペパン(乳、小麦対応なし) 卵ソース バリバリごぼう オニオンスープ ジョア(乳対応なし) お祝い豆乳いちごゼリー(小中) 【入学進級お祝い給食】 【こつこつメニューの日(カルシウムが多いです)】	鶏卵 いら卵 ベーコン ジョア(ストロベリー味) 	コッペパン マヨネーズ タルタルソース 油 かたくりこ 大豆油 豆乳いちごゼリー(小中)	パセリ ごぼう たまねぎ にんじん	634kcal 20.0g 792mg
17	水	麦ごはん さわらの唐揚げ チャプチェ ちんげん菜のスープ 牛乳	さわら 豚肉 牛乳	こめ 強化米 おおむぎ かたくりこ 大豆油 マロニー ごま油	にんじん ピーマン チンゲンサイ キャベツ 生きくらげ	614kcal 24.0g 266mg
18	木	ごはん お好み焼き にんじんシリシリ じゃがいものみそ汁 牛乳(小中) 乳酸菌飲料(幼) お祝い豆乳いちごゼリー(幼)	ちくわ たまご 豚肉 まぐろ 花かつお 油揚げ わかめ みそ 牛乳(小中)	こめ 強化米 ごむぎ粉 やまいも さとう 油 じゃがいも 乳酸菌飲料(幼) 豆乳いちごゼリー(幼)	キャベツ にんじん たまねぎ	602kcal 25.1g 299mg
19	金	炊き込みご飯 さけの塩焼き おでん ほうれんそうのごまあえ 牛乳 【愛知中2年生 考案献立(職場体験)】	ひじき 油揚げ さけ ごぼう天 がんもどき 鶏肉 ちくわ うずら卵(小中) 牛乳	こめ 強化米 じゃがいも さとう ごま	にんじん だいこん こんにゃく ほうれんそう こまつな キャベツ	634kcal 34.7g 377mg
22	月	麦ごはん ちくわのゆかり揚げ(幼:1本、小:2本、中:3本) アスパラのマヨあえ 愛荘うどん入り豚汁 牛乳 チーズ 【地場産物メニュー】 	ちくわ 花かつお 豚肉 みそ 牛乳 チーズ	こめ 強化米 おおむぎ てんぷら粉 大豆油 ノンエッグマヨネーズ 干しうどん山芋入り	赤しそ アスパラガス もやし にんじん だいこん はくさい ねぎ	679kcal 25.5g 377mg
23	火	ごはん 揚げぎょうぎ(幼:1個、小:2個、中:3個) 焼きそば 牛乳 大根と生きくらげの中華スープ	ぎょうぎ 豚肉 鶏肉 牛乳	こめ 強化米 大豆油 やきそばめん 油	キャベツ たまねぎ にんじん ピーマン だいこん ねぎ 生きくらげ	657kcal 19.7g 341mg
24	水	麦ごはん 肉じゃがコロケ セロリきんぴら 菜の花のみそ汁 牛乳	油揚げ みそ 牛乳	こめ 強化米 おおむぎ 肉じゃがコロケ 大豆油 ごま ごま油 さとう	セロリー にんじん こんにゃく 菜の花 たまねぎ	647kcal 20.4g 332mg
25	木	ごはん 親子丼の具 かみかみあえ フルーツポンチ 牛乳	鶏肉 たまご かまぼこ いか 牛乳	こめ 強化米 さとう かたくりこ ごま ごま油 カクテルゼリー	にんじん たまねぎ さやいんげん キャベツ ナタデココ みかん パイン もも	612kcal 22.5g 303mg
26	金	ソフト麺(小麦対応なし) 肉うどんの汁 たけのこのかき揚げ えんどうのかつおあえ 牛乳 【かみかみメニューの日です】 	牛肉 かまぼこ ちくわ まぐろ 花かつお 牛乳	ソフトめん てんぷら粉 大豆油	たまねぎ しめじ ねぎ たけのこ さやえんどう キャベツ にんじん	598kcal 24.2g 294mg
30	火	コッペパン(乳、小麦対応なし) ハンバーグオニオンソースかけ ほうれんそうとベーコンソテー ミネストローネ 牛乳 【すこやかメニューの日(食物せんいが多いです)】 【愛知中2年生 考案献立(職場体験)】 	ハンバーグ ベーコン ウインナー 牛乳	コッペパン 油 じゃがいも シェルマカロニ オリーブ油 さとう	たまねぎ ほうれんそう キャベツ にんじん グリーンピース トマト	617kcal 28.8g 420mg

※緊急時や材料等の都合で、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。

【今月の県内地場産は アスパラガス、キャベツ、小松菜、ほうれん草、牛乳 を使用します】

【今月の町内地場産は 環境こだわり米・クヌヒカリ(無洗米)、キャベツ、生きくらげ、干しうどん(山芋入り) を使用します】



愛荘町給食センターでは食物アレルギーの申請手続きをされた方に対応食の提供をしています。食物アレルギーで対象となる原因食品は、卵、乳、小麦、えび・かに、大豆です。ただし、小麦・大豆由来の調味料等は除く対応となっています。また、食物アレルギーの重篤な症状をおこす原因となる、そばと落花生は給食に使用していません。当センターでは、そば・落花生を含む全ての食品において、コンタミネーションの対応はできませんのでご了承ください。





食物アレルギー対応食についてのご質問は、給食センターまでお問い合わせください。

電話：0749-42-2644

☆ハンカチやマスク、お箸、給食用エプロンの衛生にご協力をお願いします☆

※給食用に清潔なマスク、ハンカチ、お箸を毎日ご用意ください。

※給食当番の順番がまわってきたら、給食用エプロン等の洗濯をお願いします。




入学進級 おめでとう





ご入学、ご進級おめでとうございます。元気いっぱいの新1年生を迎え、本年度の学校給食が始まります。学校給食は学校教育の一環として、子どもたちが栄養バランスのとれた適切な食事を先生や友だちと一緒にとりながら、食事の大切さ、心身の健康、食品を選ぶ力、感謝の心、社会性、そして食文化などを学ぶ食育の授業時間です。本年度も安全でおいしい給食を目指していきますので、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。



大切な給食当番の仕事



子どもたちが自分たちで食事の準備や後片付けを行い、協力してみんなで楽しく食べることは、学校給食のねらいのひとつです。給食当番は、給食を楽しく、おいしく、そして安全に食べるためにとても大切な仕事をしています。



給食当番になったら…

つめの長さや身だしなみに気をつけよう。清潔なハンカチを毎日用意しよう。



トイレを済ませて、せっけんを使って手をしっかり洗ってから白衣に着替えよう。



マスクは鼻と口をしっかりと覆うようにつけましょう。



髪はぼうしから出しません。長い髪の方はピンなどでまとめておこう。



白衣を着たら、壁によりかかったり、ふざけたりしてはだめだよ。



盛りつけ方や1人分の量を確認しておきましょう。



汁ものは底をよくかきまぜながら盛りつけて、残しがないようにしましょう。



当番同士でおしゃべりをせず、てきばき盛りつけましょう。



1週間の当番が終わったら、白衣を家で洗濯・アイロンがけし、忘れずに学校に持ってきてきましょう。



◆家庭とつながる学校給食◆ 食育は学校だけで行うことはできません。よい食べ方や食べる力が身につくよう、ご家庭でも下記のようなところに気を配っていただけますようお願いいたします。

- ①ご家庭の食卓で…子どもが食べないからと、苦手なものを食卓に全く出さないのは良くありません。ひと口でも挑戦したり、大人が美味しそうに食べている姿を見せることも食育ではとても大切なことです。
- ②お手伝いを積極的に…給食では全員が順番に当番となり、準備や後片付けをします。学校で身についた力を定着させるためにも、ご家庭でもぜひお手伝いを積極的にさせてあげてください。



★昨年度、中学校の生徒さんが職場体験に来てくれました★

昨年6/8は秦荘中学校、10/4～10/6は愛知中学校の生徒さんが、給食センターへ職場体験に来てくれました。おもに、調理作業や洗浄作業の体験、1食分の献立作成やランチメッセージの作成など様々な体験を行っていただきました。今月4/19と4/30の給食は、職場体験に来てくれた愛知中学校の生徒さんが考案してくれたメニューを取り入れました。

