

令和4年（2022年） 4月 学校給食献立表


※すべての日に牛乳  がつきます。



九度山町学校給食センター

日	曜日	こんだてめい	ざいりょうめい				エネルギー (kcal)
			おもにからだの ちやにくになるもの (赤)	おもにからだの ちやうしき ととのえるもの (緑)	おもにねつやちからの もとなるもの (黄)	ちやうみりよう	
8	金	ごはん はっぼうさい シュウマイ	ぶたにく、いか、えび、 うずらたまご シュウマイ	はくさい、たまねぎ、たけのこ、 にんじん、しいたけ、ねぎ、しょうが	ごはん かたくりこ、さとう、 ごまあぶら	しょうゆ、さけ、ちゅうかスープ、 しお、こしょう	636 783
11	月	ごはん さばのみそに ごまあえ けんちんじる	さばのみそに とうふ、あぶらあげ	はくさい、ほうれんそう だいこん、ごぼう、にんじん、 こんにゃく、ねぎ	ごはん ごま、さとう さといも	しょうゆ しょうゆ、かつおだし、さけ	639 794
12	火	よもぎパン クリームシチュー てつぶんたっぷりサラダ	ぶたにく、ぎゅうにゅう、 スキムミルク ハム、えだまめ、ひじき	たまねぎ、にんじん、しめじ、パセリ ちやし、こまつな、にんじん	よもぎパン じゃがいも、バター さとう、ごま、ごまあぶら	クリームシチュールウ、 スープストック、しお、こしょう しょうゆ、みりん、さけ、す	672 781
13	水	ごはん チーズはんぺんフライ こうやどうふとたけのこのにも にんじんしりしり	チーズはんぺんフライ とりにく、こうやどうふ、 あぶらあげ ツナ	たまねぎ、たけのこ、うすいえんどう にんじん、レモンかじゅう	ごはん あぶら さとう ごま、ごまあぶら、さとう	しょうゆ、みりん、さけ、 わふうだし、しお しょうゆ	710 833
14	木	コッペパン さけのムニエル あっさりポテトサラダ きのこスープ	さけ ハム とうふ	きゅうり、コーン、にんじん こまつな、たまねぎ、しめじ、えのき、 にんじん	コッペパン ごむぎこ、バター じゃがいも、あぶら、さとう	しお、こしょう す、しお、こしょう コンソメ、しょうゆ、 とりがらスープ、しお、こしょう	591 705
15	金	カレーライス フルーツヨーグルト	ぎゅうにく、ぶたにく ヨーグルト	たまねぎ、にんじん、いんげん みかん、パイナップル、もも、バナナ	むぎごはん じゃがいも、あぶら さとう	カレーウケチャップ、ソース、 スープストック、カレー、しお	649 787
18	月	ごはん にくじゃが すのもの ござかなアーモンド	ぎゅうにく、ぶたにく ちくわ、わかめ ござかなアーモンド	たまねぎ、しらたき、にんじん、いんげん きゅうり	ごはん じゃがいも、さとう さとう	しょうゆ、さけ、みりん す、しょうゆ、しお	605 720
19	火	コッペパン てづくりハンバーグ ポイルやさしい コンソメスープ	ぎゅうにく、ぶたにく、 とりにく、たまご、ぎゅうにゅう	たまねぎ、にんじん キャベツ、コーン たまねぎ、にんじん、しめじ、パセリ	コッペパン パンこ じゃがいも	しお、こしょう、ナツメグ、 ケチャップ、ソース、ワイン あおじそドレッシング コンソメ、しょうゆ、しお、 こしょう	654 785
20	水	ごはん ちくわのいそべあげ おかかあえ とんじる	ちくわ、あおのり かつおぶし ぶたにく、とうふ、あぶらあげ	はくさい、ほうれんそう だいこん、ごぼう、こんにゃく、 にんじん、ねぎ	ごはん ごむぎこ、あぶら さとう	しょうゆ かつおだし、みそ	616 770
21	木	カットパン フルーツクリーム ポークビーンズ	なまクリーム だいす、ぶたにく	みかん、パイナップル、もも たまねぎ、にんじん、しめじ、いんげん、 トマト	コッペパン ホイップクリーム、さとう じゃがいも、さとう、あぶら	しょうゆ、みりん、さけ しょうゆ しょうゆ、ちゅうかスープ、 とりがらスープ	683 817
22	金	ごはん とりにくのてりやき ナムル にらとたまごのスープ	とりにく たまご、とうふ	しょうが ちやし、こまつな はくさい、にら、にんじん	ごはん さとう ごま、ごまあぶら	しょうゆ、みりん、さけ しょうゆ しょうゆ、ちゅうかスープ、 とりがらスープ	634 763
25	月	おやこどん ゆかりこんぶあえ オレンジ	とりにく、たまご、かまぼこ しおこんぶ	たまねぎ、にんじん、しいたけ、ねぎ キャベツ、にんじん、ゆかり オレンジ	むぎごはん さとう	しょうゆ、みりん、さけ、 わふうだし	610 738
26	火	げんりょうパン スパゲッティーミートソース はるやさしいのサラダ	ぎゅうにく、とりにく、 こなチーズ	たまねぎ、にんじん、セロリ、しょうが、 にんにく、トマト キャベツ、アスパラガス、にんじん	コッペパン スパゲッティー、 オリーブオイル さとう、オリーブオイル	ケチャップ、デミグラスソース、 ソース、スープストック、しお、 こしょう す、しょうゆ、しお、こしょう	605 706
27	水	ごはん さわらのしおやき くきわかめのあえもの みそじる	さわら チキンハム、くきわかめ とうふ、あぶらあげ、わかめ	ちやし、にんじん たまねぎ、にんじん	ごはん さとう、ごまあぶら じゃがいも	しお しょうゆ、すいちみつとうがらし	596 715
28	木	コッペパン てづくりチキンカツ ソース ポイルキャベツ コーンポタージュスープ	とりにく、たまご ぎゅうにゅう、ベーコン	キャベツ たまねぎ、コーン、にんじん、パセリ	コッペパン ごむぎこ、パンこ、あぶら	しお、こしょう ソース ポターージュのもと、コンソメ、 しお、こしょう	736 893

※材料等の都合により献立内容を変更することがあります。ご了承ください。

※おはしは毎日持ってきてください。スプーンマーク  の日にはスプーンがつきます。



給食だより

令和4年



九度山町学校給食センター

ご入学・ご進級おめでとうございます。暖かな陽気に包まれて、新年度が始まりました。今年度もみんなが元気に毎日を過ごしていけるように、給食の時間を楽しみにしてもらえるように、心を込めて安全でおいしい給食作りに努めます。1年間どうぞよろしくお願いたします。



学校給食について

学校給食とは、成長期にある児童生徒の心身の健全な発達のため栄養バランスのとれた食事を提供するとともに、食文化や望ましい食習慣やマナーについて学び、自然の恵みや働く人への感謝の気持ちを育むことなどをその目標にしています。



学校給食の目標

※「学校給食法」第2条より抜粋・要約

1 適切な栄養の摂取による健康の保持増進。

2 食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営む判断力や望ましい食習慣を養う。

3 明るい社会性と協同の精神を養う。

4 自然の恩恵への理解を深め、生命、自然を尊重する精神や環境の保全に寄与する態度を養う。

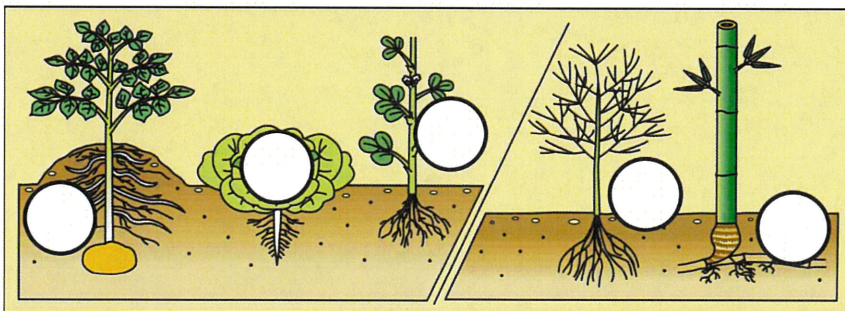
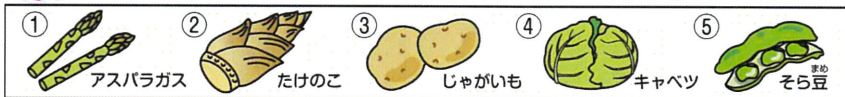
5 食生活が多くの人の労働に支えられていることを理解し、感謝する。

6 伝統的な食文化を理解する。

7 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。

給食には季節ごとにいろんな野菜が出ます。苦手なものもあって当たり前！少しずつチャレンジしてほしいと思います。まずは春の野菜クイズに挑戦だ！

Q1 下の絵は、春に収穫できる野菜です。どんな所に育つでしょう？葉っぱをヒントに○に番号を書きましょう。



Q2 次の野菜を英語で何と言う？線でつないでみよう！

① たまねぎ ② えんどう豆 ③じゃがいも ④キャベツ

Cabbage **Onion** **Potato** **Peas**

Q3 次の文章はたけのこについての説明です。間違えている文章はどれでしょう？

① くき 食べるのは「くき」の部分である

② おなかをそうじしてくれる食物せんいが多い

③ 1年中収穫することができる

④ 漢字で「筍」と書く

Q1 = 左の図
Q2 = ①—Onion ②—Peas ③—Potato ④—Cabbage
Q3 = ③
1年中収穫することはできず、多くは春の初めにできてたけのこの芽(若いときの部分)を収穫しますが、ゆでた物を缶詰などに加工した加工品は1年中買うことができます。

こたえ