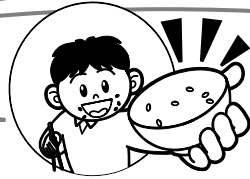


4月給食だよ!

寒河江市立南部小学校

入学・進級 おめでとうございます



平成22年度が始まりました。

草花が芽吹く「春」を迎え、気持ちも新たに新年度が始まりました。子どもたちも期待と不安を胸に、目を輝かせているでしょう。

学校給食の目標 (平成20年度の学校給食法一部改正により「栄養改善」から「食育」へ・・・)

- 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。

を目標にして実施されています。法律の文章そのままなので、難しく感じられるかもしれませんが、要約すると、

「食べること」は「いのちをいただくこと」であり「感謝の心」を忘れないことなのかもしれません。

寒河江市の給食は・・・

単独校調理方式・・・

各学校で副食を調理しています。

完全給食・・・

主食、副食、牛乳で構成される給食です。

米飯・パンの回数・・・

週5回のうち4回が米飯、1回がパン又は麺です。

使用している米は「寒河江産米はえぬぎ」です。



《おかずとお汁》

児童の嗜好にも考慮しながら、より安全性の高い食材を使用しています。季節感を生かしながら、郷土料理や行事食などを献立に組み入れ、地元の食材を積極的に取り入れるようにしています。

給食担当 松本 充恵子 学校栄養士 安孫子 光子
調理師 森谷 純子 太田 節子 奥山 晴香
以上のメンバーで、おいしい給食になるように計画していきます。よろしくお願いします。

ねらい	日曜	よ 予 定 献 立 名 献立は変更になる場合があります	使用食品のおもなはたらき		
			きいろのなかま 熱やちからのもとになる	あかのなかま 体をつくるもとになる	みどりのなかま 体のちょうしをととのえる
入学・進級おめでとう	8木	入学式			
	9金	ごはん 牛乳 ぶたにくのごまみそいため あさづけ けんちんじる あまなつかん	ごはん あぶら さとう ごま じゃがいも	牛乳 ぶたにく みそ とうふ あぶらあげ	キャベツ きゅうり しょうが ねぎ ごぼう にんじん だいこん こんにゃく あまなつかん
	12月	わかめごはん 牛乳 たまなメンチカツ わふうサラダ じゃがいもじる	ごはん あぶら パンこ じゃがいも	牛乳 わかめ ぶたにく かまぼこ みそ	たまな(キャベツ) ブロッコリー きゅうり たまねぎ にんじん たまねぎ あおな
	13火	スパゲティミートソース 牛乳 かいそうサラダ いちご (1年生給食開始)	スパゲティ オリーブオイル	牛乳 ベーコン ぶたにく チーズ かいそう	たまねぎ にんじん トマト コーン キャベツ きゅうり いちご
	14水	ごはん 牛乳 さわらのやさいあんかけ ブロッコリー みそかきたまじる	ごはん でんぷん あぶら ごまあぶら	牛乳 さわら とうふ たまご みそ	もやし にんじん たけのこ あおな しいたけ ブロッコリー ねぎ
	15木	県産ぶたにくのぶたたまどん 牛乳 県産うるいのおかかあえ 県産なめこのみそしる おいわいクレープ	ごはん ぶ さとう クレープ	牛乳 ぶたにく たまご ささかま とうふ みそ	たまねぎ しいたけ グリンピース しょうが うるい にんじん なめこ キャベツ ねぎ
	16金	カレーライス ふくじんづけ 牛乳 バンサンスウ いちご	ごはん あぶら さとう じゃがいも カレールウ はるさめ ごまあぶら	牛乳 ぶたにく チーズ ハム たまご	たまねぎ にんじん グリンピース ふくじんづけ キャベツ あおな きくらげ いちご



平成20年度から取り入れている「米飯給食促進事業」を今年度も取り組みます。この事業は、日本型食生活の普及・定着を促進するため、市の補助金を活用して「米飯給食の日を増やすとともに、地場産農産物を使ったおかずを提供」するものです。おおよそ毎週木曜日にこのねらいに合う献立を組む予定です。
 今月は、次の献立を予定しています。

4月は、新入生を迎えるので、新しいメニューよりも、素材を味わえるようなメニューを基本にしています。

- 15日(木) 県産豚肉の豚玉丼、県産うるいのお浸し、県産なめこのみそ汁
- 22日(木) 県産牛肉とたけのこの旨煮、県産えのきのみそ汁

うこぎごはん
 枝にとげがあることから「垣根」として植えられる「うこぎ」です。新芽を食べます。上杉鷹山公の知恵です。

うどの白あぶらあえ
 春の山菜のひとつ「うど」です。これも、春先の若い時に食べます。独特のほろ苦さがあります。春は、眠っていた体(細胞)を起こす役目もあり、ほとんどの山菜に苦みがあるのが特徴です。

《今月の旬》 うるい 春キャベツ うど ぎぼうし(ぎんぼ) うこぎ 鱈(さわら) 鱒(ます) いちご 甘夏柑



1. 年間の成長
 3月の給食の風景です。全ての学年で「できるようになった」ことの感想を聞くことができました。「よくかんで食べることができるようになりました。」「ピーマンが嫌いだったけど、食べられるようになりました。」「バイキング給食の時、バランスを考えながら食べることができました。」
 毎日の給食を食べることで、どんな小さなことでも「意識して食べること」が、確実な前進につながります。その確実な前進が、自信につながります。1学年進み、またひとつ自信を持てることを期待しています。

ねらい	日曜	予 定 献 立 名 <small>献立は変更になる場合があります</small>	使用食品のおもなはたらき		
			さいろのなかま <small>熱やちからのもとになる</small>	あかのなかま <small>体をつくるもとになる</small>	みどりのなかま <small>体のちょうしをととのえる</small>
郷土料理・特産物を味わおう	19月	ごはん 牛乳 たけのこのしのだに <u>うどのしろあぶらあえ</u> しらたまじる てづくりプリン	ごはん しろあぶら(えごま) さとう しらたまもち プリン	牛乳 ささかま とりにく あぶらあげ	たけのこ うど ごぼう にんじん こんにゃく ねぎ
	20火	食パン(ラ・フランスジャム) 牛乳 オムレツ ゆでやさい コーンシチュー	パン ジャム バター こむぎこ じゃがいも	牛乳 たまご ウィナー ベーコン	キャベツ ピーマン にんじん たまねぎ グリンピース
	21水	ごはん 牛乳 ますのしおやき みしょうかん <u>ぎぼうしのいために</u> ごもくじる	ごはん あぶら じゃがいも	牛乳 しおます あぶらあげ なまあげ みそ	ぎぼうし たけのこ にんじん ねぎ ごぼう みしょうかん
	22木	ごはん 牛乳 エビシユウマイ いちご <u>県産ぎゅうにくとたけのこのうまに</u> <u>県産えのきのみそ</u> しる	ごはん さとう	牛乳 えび ぎゅうにく とうふ みそ	たけのこ にんじん こんにゃく きぬさや えのき ねぎ いちご
	23金	<u>うこぎごはん</u> 牛乳 とりにくのからあげ はるさめちゅうかサラダ あおなじる	ごはん ごま でんぷん ぶ あぶら はるさめ さとう	牛乳 とりにく みそ	うこぎ キャベツ きゅうり コーン にんじん あおな ねぎ
よくかんで食べよう	26月	振 替 休 業 日			
	27火	<u>うさぎパン</u> (いちごジャム) 牛乳 ハンバーグのケチャップソース ポテトサラダ やさいスープ	パン ジャム じゃがいも マヨネーズ	牛乳 ぶたにく ぎゅうにく とりにく ハム ベーコン	たまねぎ きゅうり にんじん キャベツ あおな
	28水	ごはん 牛乳 <u>いからあげ</u> キャベツのごまかけ とんじる	ごはん でんぷん あぶら ごま さとう	牛乳 するめいか だいず ぶたにく みそ	キャベツ きゅうり だいこん ねぎ にんじん ごぼう こんにゃく
	29木	昭 和 の 日			
30金	ごはん(お茶ふりかけ) 牛乳 グラタンコロケ <u>ごもくきんぴら</u> キャベツじる かしわもち	ごはん ごま あぶら パンこ さとう かしわもち	牛乳 ぶたにく なまあげ わかめ みそ	おちゃ ごぼう にんじん ピーマン こんにゃく キャベツ	