



4月こんだて写真



2019年4月発行
出雲市立平田学校給食センター

月	火	水	木	金
 入学・進級 おめでとうございます		10 わかめうどん おむすび(幼なし) 牛乳 ぶた肉の竜田揚げ りっちゃんの元気サラダ	11 ごはん 牛乳 さばのみそ煮 三色あえ ぶた汁	12 チキンカレー 牛乳 バイクドウィンナー (幼1ケ、小中2ケ) さっぱりサラダ
15 黒糖パン 牛乳 ハンバーグ デミグラスソースかけ グリーンサラダ キャロットスープ	16【入学お祝い献立】 菜めし 牛乳 とり肉のから揚げ ごまじゃこびたし 若竹汁 いちごクレープ★	17 スパゲッティミートソース 小型のココアパン (幼なし) 牛乳 白身魚のマリネ 野菜の昆布あえ	18 ごはん 牛乳 ぶた肉のみそ焼き 小松菜のおひたし たまごとチンゲンサイの スープ	19 【おいしい出雲の一日】 わかめごはん 牛乳 さわらのカレー揚げ 大根のきんぴら★ 出雲しいたけのみそ汁
22 チーズパン 牛乳 とり肉の レモンソースかけ 春野菜のサラダ ミネストローネ	23 ごはん 牛乳 さけの塩こうじ焼き 納豆サラダ 葉玉ねぎのみそ汁	24 五目あんかけラーメン おむすび(幼なし) 牛乳 揚げぎょうざ (幼小2ケ、中3ケ) 中華あえ	25 とりそぼろごはん 牛乳 アーモンドあえ わかめスープ	26 ゆかりごはん 牛乳 あじのソースフライ のやきのおろしあえ だんご汁

(★は新メニューです。)

※都合により献立を変更することがあります。

今月の給食目標

協力して給食の準備やあとかたづけを

～今月の地元食材～

米、牛乳、さわら、たまご、とうふ、油揚げ、みそ、ねぎ、葉たまねぎ、アスパラガス、レタス、トマト、小松菜



学校給食の役割について

学校給食は学校で食べる食事ということだけではなく、栄養バランスのとれた豊かな食事で、成長期にある子どもたちの健康の増進、体位の向上を図ることはもちろん、将来にわたって健康な生活を送れるように、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけるための教材となるものです。

給食内容について

(主食)

- ごはん…週3回(火・木・金) 出雲産の米(きぬむすめ)を使用しています。
- パン…週1回(月) 国内産の小麦粉を使用しています。
- めん…週1回(水) おむすびまたは小型パンとの組み合わせです。

(おかず)

栄養バランスを考えた主菜・副菜の組み合わせにしています。地元食材や旬の食材を取り入れています。添加物等、内容成分を確認して安全な食品を選定し、安全な調理に努めています。

(牛乳)

幼稚園180cc小・中学校200ccです。※中学校は6月～9月は250ccです。

