



4月こんだて写真



令和3年(2021)4月発行
出雲市立平田学校給食センター

ご入学・ご入園・ご進級 おめでとうございます

新しい1年がスタートしました。
今年度も安全で、おいしい給食づくりに努めます。よろしくお祈りします。



学校給食の役割

学校給食は、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、体位の向上を図るものです。

また、将来にわたって健康な生活を送ることができ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にもなります。



月	火	水	木	金
12 黒糖パン 牛乳 ハンバーグ デミグラスソースかけ レモンドレッシングサラダ マカロニスープ	13 わかめごはん 牛乳 あじのソースフライ 三色あえ じゃがいものみそ汁	14 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) 中華サラダ	15 ポークカレーライス 牛乳 ハムステーキ さっぱりサラダ	16 ごはん 牛乳 さばのみそ煮 小松菜のおひたし はんぺんのすまし汁 ヨーグルト
19 アップルパン 牛乳 ローストチキン グリーンサラダ ミネストローネ	20 菜めし 牛乳 さばの照り焼き 大根のきんぴら 出雲しいたけのみそ汁	21 カレーうどん おむすび(幼なし) 牛乳 きびなごのから揚げ ポテトサラダ	22 ごはん 牛乳 ぶた肉の甘酢あん アーモンドあえ けんちん汁	23 【入学・入園おめでとう献立】 トマトピラフ 牛乳 メンチカツ コールスローサラダ わかめスープ お祝いデザート
26【出雲市共通献立】 チーズパン 牛乳 さけのハーブ焼き レタスとトマトのサラダ コンソメスープ	27【おいしい出雲の一日】 ごはん 牛乳 とり肉の香味焼き 大根のごまマヨあえ アスパラと春雨スープ	28 トマトソーススパゲッティ 小型のレーズンパン(幼なし) 牛乳 かぼちゃひき肉フライ ごまじゃこサラダ	<p>こんげつ じもと しょくざい 今月の地元食材</p> <p>米、牛乳、みそ、とうふ 厚揚げ、油揚げ、 さわら、しいたけ、 葉ねぎ、アスパラガス</p> <p>※都合により献立を変更することがあります。</p>	
				30 とりそぼろごはん 牛乳 のやきのおろしあえ なめこのみそ汁

今月の給食目標 協力して給食の準備や あとかたづけをしよう



給食内容について



主食

ごはん…週3回(火・木・金)：出雲市産の米(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)：小・中学校は、おむすびまたは小型パンと組み合わせています。

おかず

栄養バランスを考えた『主菜+副菜』の組み合わせで、
地元産や旬の食材を取り入れています。

牛乳

小・中学校は200ml、幼稚園は180mlです。

