

# 4月の給食だよ

志木市立宗岡第二小学校 令和4年度 4月号

ご入学・ご進級おめでとうございます。

元気いっぱい1年生を迎えて宗岡第二小学校の新年度がスタートします。

調理業務委託・・・東洋食品(株) 調理員8名

学校栄養士・・・木田

で、安心・安全・おいしい給食づくりを目指していきます。

よろしく願い致します。



## こんなことに気を付けて献立を立てています

### ① 栄養のバランスを考えています

★ 文部科学省で決められた栄養摂取基準に添って、献立を立てています。

【(増補)日本食品標準成分表】

### ② 食品の安全性に気を付けています

★ 化学調味料・インスタントルウの類は使っていません。

(だしは、煮干・削り節・だし昆布・とりがら・とんこつでとっています)

★ 良質で安全な食品素材を使い調理するようにし、加工食品はできるだけ

使わないようにしています。やむを得ず使う時は、内容成分を確認しています。

★ 野菜・果物は、安全性を確認した国産のものを使うようにしています。

### ③ 食文化を伝えられるように努力しています

★ 現在の食生活で見落とされがちな魚・大豆(製品)・いも類や乾物等をとり入れるようにしています。

★ 野菜・果物・魚などは、できるだけ旬のものを使用し、季節感を出すように心がけています。

★ 日本に昔から伝わるケ(藝)の日の和食をなるべく多く伝えるようにしています。

あわせて、ハレ(晴れ)の日の行事食(七草・節分・ひな祭り等)もとり入れています。(藝の日とは普段の日、晴れの日は特別な日をいいます。)

### ④ そのほか

★ 子どもたちに味の食体験をさせるために、いろいろな調理方法を取り入れ、なるべく多くの食品を使うようにしています。

★ 健康面を考慮し、素材の味を伝えることができるように薄味にしています。

★ 噛む力を育てられる献立を工夫しています。

※食中毒防止のため、生野菜は現在使えません。プチトマトと果物以外はすべて加熱調理しています。

※食物アレルギーがあり、対応が必要な方はご連絡をお願いいたします。

## 給食に関するお願いとお知らせ

### 給食費

給食費は1ヵ月4400円(別途引き落とし手数料が11円かかります)1年生は4月のみ3050円(別途引き落とし手数料11円)です。月によって給食日数は違いますが、1年間のスパンで考えて算出しています。

ご了承ください。給食費は全て毎日の食材費として大切にに使わせていただいています。

お支払方法は、自動引き落としになります。



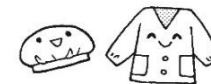
### 給食停止と返金

あらかじめ5日以上連続して給食を食べないことがわかっている場合は、申請することにより給食を停止して給食費を返金することができます。(申請日の約3日後から返金対象)

事前に、担任を通じてご連絡ください。

給食再開の変更があった場合も(前倒して登校したい等)、3日前までにご連絡ください。

### 給食着



当番で使用した児童が家庭に持ち帰ります。お手数ですが、洗濯とアイロンがけをお願い致します。

ほころび等がありましたら、繕っていただくと助かります。ご協力お願いします。



### 献立表

毎月ご家庭に予定献立表をお配りしていますが、食材の関係で変更になることもあります。ご了承ください。そして、学校で始めて食べる食材が無いよう、ご協力お願いします。

なお、食物アレルギーの方は、事前に確認のお手紙をお渡ししていますのでご確認ください。

### 給食セット

毎日の給食で使います。清潔なものを持たせてください。(ナフキン等)



### 令和4年度 志木市学校給食実施計画

1学期 4月13日(水)～7月15日(金) (1年生は4月20日(水)から)

2学期 8月31日(水)～12月19日(月)

3学期 1月12日(木)～3月16日(木)

★年間180日実施になる予定ですが、行事の日程等により変更になる場合があります。

★状況により回数・金額が変更になることがあります。ご了承ください。



### 知っていますか?献立表の、このマーク

志木市では「おいしく減塩!『減らソルト』プロジェクト事業」に取り組んでいます。このプロジェクトは、学校だけではなく志木市全体で取り組んでいて、赤ちゃんから高齢者まで切れ間なく、減塩で健康寿命を延ばそうという取り組みです。学校では、減塩給食の日を献立表でお知らせしています。このマークがプロジェクトロゴです。

おいしく減塩!



プロジェクト



# 4月の予定献立表



令和4年度4月

志木市立宗岡第二小学校

日	曜	こんだてめい		エネルギー Kcal	たんぱく質 g	おもにからだをつくる しょくひん(あか)	おもにねつやちからになる しょくひん(きいろ)	おもにからだのちょうしを ととのえるしょくひん(みどり)	
		しゅしょく	のみもの						お か ず
13	水	ごはん 	ぎゅうにゅう 	551	21.0	ぶたにく ぎゅうにゅう	こめ はくりきこ さとう あぶら	にんじん たまねぎ にんにく マッシュルーム キャベツ こまつな トマトかん	
14	木	ひじきごはん 	ぎゅうにゅう 	559	21.6	ぶたにく あぶらあげ ひじき わかめ ぎゅうにゅう	こめ じゃがいも でんぷん さんおんとう あぶら	にんじん さやいんげん たまねぎ たけのこ ねぎ	
15	金	ココアあげパン 	ぎゅうにゅう 	556	18.2	とりにく かいそうミックス ベーコン ぎゅうにゅう	こめこパン あぶら さとう グラニューとう さんおんとう ごまあぶら じゃがいも	キャベツ こまつな にんじん セロリー	
18	月	むぎごはん 	ぎゅうにゅう 	516	24.1	ぶたにく わかめ ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ でんぷん さんおんとう あぶら しろごま ごまあぶら ねりごま	にら こまつな にんじん しょうが にんにく キャベツ ねぎ	
19	火	ごはん 	ぎゅうにゅう 	585	29.5	あじ ひじき だいす あぶらあげ あかみそ しろみそ ぎゅうにゅう	こめ あぶら さんおんとう でんぷん ごまあぶら	きりぼしだいこん しょうが にんじん キャベツ こまつな ねぎ	
20	水	<b>1年生 給食開始</b>		600	21.0	ぶたにく ぎゅうにゅう	こめ じゃがいも あぶら はくりきこ ごまあぶら はちみつ	にんじん しょうが にんにく たまねぎ キャベツ きゅうり とうもろこし	
		むぎごはん 	ぎゅうにゅう 						ポークカレー コーンとキャベツのサラダ 
21	木	たけのこごはん 	ぎゅうにゅう 	549	28.8	とりにく あぶらあげ とうふ あかみそ しろみそ ぎゅうにゅう	こめ さんおんとう でんぷん あぶら	にんじん たけのこ にんにく しょうが キャベツ ねぎ	
22	金	ちゅうかめん 	ぎゅうにゅう 	703	30.1	ぶたにく とうふ あかみそ ぎゅうにゅう	ちゅうかめん でんぷん シュウマイのかわ あぶら ごまあぶら	にんじん にら しょうが もやし にんにく ねぎ ほししいたけ キャベツ とうもろこし たまねぎ	
25	月	ごはん 	ぎゅうにゅう 	539	22.7	ぶたにく なまあげ たまご ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ でんぷん あぶら ごまあぶら しろごま	にんじん ほうれんそう ねぎ たけのこ ほししいたけ しょうが たまねぎ もやし にんにく	
26	火	はるのちらしめし 	ぎゅうにゅう 	512	25.5	とりにく とうふ あぶらあげ わかめ むきえび たまご きざみのり ぎゅうにゅう	こめ さとう でんぷん さんおんとう あぶら	にんじん さやいんげん れんこん ほししいたけ ねぎ	
27	水	じゃこたかなチャーハン 	ぎゅうにゅう 	523	21.9	ちりめんじゃこ とりにく ウインナー ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ じゃがいも あぶら ごまあぶら さんおんとう	もやし ねぎ にんじん こまつな にんにく たまねぎ しめじ キャベツ	
28	木	スパゲティ 	ぎゅうにゅう 	731	32.5	ぶたにく だいす まぐろかん しろはなまめ なまクリーム たまご ぎゅうにゅう	スパゲティ オリーブオイル あぶら はくりきこ さんおんとう バター くるごま	にんにく しょうが たまねぎ にんじん セロリー キャベツ こまつな	
29	金	<b>しょうわ ひ 昭和の日</b>							

★志木市減塩プロジェクト・・・今月のおすすめ減塩メニューに、塩分を表示しています。

☆材料などの都合で、その日の献立が変更になる場合があります。

★今月の給食費の引き落としは4月25日です。残高のご確認をお願いします。



志木市減塩プロジェクトのロゴマークです

## ご進学おめでとようございます。

いよいよ、新学期がスタートしました。今年度もみなさんの健康と健やかな成長を願い、いろいろな食材をとり入れたバランスのよい献立を考えて(株)東洋食品の調理員さん8名と「安心・安全な給食」を心をこめて作りしたいと思います。みなさんもしっかり食べて元気にすごしてくださいね。