

4月の給食だよ

志木市立宗岡第二小学校令和5年度 4月号

ご入学・ご進級おめでとうございます。

調理業務委託・・・東洋食品(株) 調理員7名

学校栄養士・・・古川



で、安心・安全・おいしい給食を提供していきます。みんなが「おいしい、楽しみ」となるように心掛けていきたいです。よろしくお願ひ致します。



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、晴れの日と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。



給食費

給食費は1ヵ月5210円(別途引き落とし手数料が10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10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。教育委員会から通知があった通り、1学期間は補助が出ますので4400円になります。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、ゆうちょ銀行から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、食材料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、学校で初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5年度 志木市学校給食実施計画

1学期 4月13日(木)~7月18日(火) (1年生は4月20日(木)から)

2学期 8月31日(木)~12月20日(水)

3学期 1月11日(木)~3月19日(火)

★年間185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。





4月の予定献立表



れいわ ねんど がつ
令和5年度4月

しき しりつむねおかだいにしょうがっこう
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	木	ごはん 	ぎゅうにゅう 	ハッシュドポーク グリーンサラダ 	565	22.0	ぶたにく ぎゅうにゅう	こめ あぶら はくりきこ さとう さんおんとう	たまねぎ にんにく にんじん マッシュルーム こまつな キャベツ とまとかん
14	金	こぎつねずし 	ぎゅうにゅう 	しんじゃがのそぼろに わかたけじる	587	24.3	ぶたにく あぶらあげ なまわかめ 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 ごま	にんじん たまねぎ ねぎ たけのこ ほししいたけ さやいんげん
17	月	こめこパン 	ぎゅうにゅう 	きなこあげパン かいそうサラダ ポトフ	542	22.2	かいそうミックス ベーコン とりにく きなこ ぎゅうにゅう	こめこパン じゃがいも さんおんとう あぶら ごまあぶら	キャベツ こまつな にんじん たまねぎ セロリー
18	火	ごはん 	ぎゅうにゅう 	あじのたつたあげ きりほしだいこんのもの ホカホカみそしる	595	31.0	まあじ だいず あぶらあげ あかみそ しろみそ ひじき ぎゅうにゅう	こめ でんぷん あぶら さんおんとう ごまあぶら	しょうが にんじん ねぎ だいこん キャベツ こまつな きりほしだいこん
19	水	食育の日			602	32.4	まぐろかん ぶたにく あぶらあげ あかみそ しろみそ ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ でんぷん こんにゃく さんおんとう あぶら	しょうが だいこん たまねぎ ばんのうねぎ にんじん ねぎ キャベツ こまつな えのきだけ
		むぎごはん 	ぎゅうにゅう 	ぶたにくのおろしどん ツナサラダ ごもくみそしる					
20	木	1年生 給食開始			598	20.7	ぶたにく ぎゅうにゅう	こめ じゃがいも はくりきこ はちみつ あぶら ごまあぶら	きゅうり しょうが にんにく にんじん たまねぎ キャベツ とうもろこし
		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	金	はるのちらしずし 	ぎゅうにゅう 	とりにくのてりやき すましじる	534	27.7	えび たまご とりにく あぶらあげ きざみのり わかめ とうふ ぎゅうにゅう	こめ でんぷん さんおんとう さとう あぶら	ほししいたけ れんこん にんじん さやいんげん えのきだけ ねぎ
24	月	むぎごはん 	ぎゅうにゅう 	ごもくどうふいため ちゅうかスープ	553	23.7	たまご ぶたにく なまあげ ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ あぶら でんぷん ごまあぶら	もやし しょうが にんにく ねぎ にんじん たけのこ ほうれんそう ほししいたけ こまつな たまねぎ
25	火	ちゅうかめん 	ぎゅうにゅう 	みそラーメン てづくりジャンボシュウマイ	668	30.0	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 ごまあぶら	もやし しょうが にんにく にんじん キャベツ たら ねぎ とうもろこし たまねぎ ほししいたけ
26	水	たけのごはん 	ぎゅうにゅう 	とりのからあげ はるやさいのみそしる	546	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	たけのこ にんじん にんにく しょうが キャベツ かぶ
27	木	はるいろチャーハン 	ぎゅうにゅう 	ナムル はるキャベツのところに	537	23.4	さくらえび たまご ウインナー とりにく ぎゅうにゅう	こめ じゃがいも あぶら さんおんとう ごまあぶら	もやし なばな こまつな にんじん にんにく たまねぎ キャベツ ぶなしめじ
28	金	スパゲティ 	ぎゅうにゅう 	ミートビーンズスパゲティ せんぎりやさいのスープ みかんかてん	593	28.4	ぶたにく だいず ベーコン かてん ぎゅうにゅう	スパゲティ オリーブオイル さとう あぶら	にんにく しょうが たまねぎ にんじん セロリー キャベツ みかんかん みかんジュース
29	土	しょうわ ひ 昭和の日							

★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20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

ご入学・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・安全でおいしい給食」を心をこめて作りたく
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。

宗岡第二小学校 栄養士