

令和7年

4月 の予定献立表

※食物アレルギーのある児童・生徒は、給食を食べる前に裏面の「詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。
家庭・学級においても毎日確認してください。
※材料・天候によって献立を変更することがあります。

食品群	体内でのたらしき
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子をととのえる

学校給食の栄養基準量	C=エネルギー	P=タンパク質	F=脂質
小学校	650	24	18
中学校	830	31	23



こ ん だ て	ご入学・ご進級おめでとうございます 新年度がはじまりました。子どもたちは期待と不安を胸に抱いていることでしょう。そんな子どもたちを応援し、心と体の健やかな成長を支えていくために、本年度も「栄養バランスよく、安全安心でおいしい給食」を給食調理場一同力を合わせて提供していきたいと思ひます。また学校では、毎日の給食時間を中心に、授業などとも連携した食育を進めていきます。ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。				
	小学校 中学校				
こ ん だ て	14(月)	15(火)	16(水)	17(木)	18(金)
	小学校 C 541 P 22.6 F 19.2 中学校 C 652 P 26.1 F 21.7	小学校 C 505 P 19.2 F 13.2 中学校 C 587 P 22.7 F 15.8	小学校 C 561 P 21.3 F 22.1 中学校 C 643 P 23.9 F 24.7	小学校 C 535 P 23.9 F 13.9 中学校 C 644 P 27.8 F 15.3	小学校 C 573 P 18.5 F 16.1 中学校 C 685 P 21.3 F 18
こ ん だ て	21(月)	22(火)	23(水)	24(木)	25(金)
	小学校 C 536 P 21.2 F 16.8 中学校 C 642 P 24.5 F 18.8	小学校 C 578 P 21 F 24.9 中学校 C 666 P 24.4 F 28.6	小学校 C 580 P 22.6 F 17.4 中学校 C 697 P 26.3 F 19.4	小学校 C 591 P 22.3 F 21.4 中学校 C 678 P 25.1 F 24.2	小学校 C 488 P 21.5 F 11.9 中学校 C 587 P 24.7 F 13
こ ん だ て	28(月)	*4月行事・欠食* 4/9(水) 始業式 (給食なし) 4/28(月) 北小欠食 (遠足)			30(水)
	小学校 C 400 P 22.3 F 14.8 中学校 C 451 P 26.1 F 16				小学校 C 535 P 21.7 F 16.1 中学校 C 642 P 25.1 F 18

よろしく
お願いします!

こんにちは。4月から赴任してきました栄養教諭の「儀保君枝」です。給食は十分な衛生管理のもとで、みなさんの成長や健康のために栄養バランスを考えてつくっています。地場産物を活用した給食を楽しみにしててください。



学校給食の7つの目標

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。	

給食時間の約束

茶わんや汁わんは手に持って食べよう	好ききらいをしないで食べよう	口に食べ物を入れたまま話さないようにしましょう
食べている途中で立ち歩かないようにしましょう	食事中にきたない話はやめよう	よくかんで楽しく食べよう

Q. どうして給食には毎日牛乳が出るの?

A. 日本人は、カルシウムの摂取量が不足しているといわれています。給食がある白とない白では、給食のある白の方がカルシウムの摂取量が多いという研究結果が出ています。給食に出る牛乳は、成長期に大切なカルシウム摂取に役立っています。

