



## ご入学・ご進級おめでとうございます

学校給食は、子どもたちの成長のために、エネルギー量や栄養のバランスを考え、旬の食材や地場産物を積極的に取り入れてつくっています。また、安全安心な給食を提供できるように心がけています。今年度もよろしくお願いいたします。

### 《学校給食の7つの目標》

<p>① 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。</p> 	<p>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。</p> 	<p>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。</p> 	<p>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。</p> 
<p>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。</p> 	<p>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。</p> 	<p>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。</p> 	<p>学校給食は学校教育活動の一環として実施されています。</p> 

### 【給食当番の白衣・エプロンについてお願い】

- ★給食の準備は、児童生徒が交代で行います。(給食当番)
- ★給食当番は、衛生管理上、白衣またはエプロン・帽子・マスクを着用します。
- ★白衣やエプロンなどは、給食当番を交替する時に持ち帰りますので、きれいに洗って持たせて下さい。なお、ボタンがとれていたり、傷んでいたりすることがありましたら、補修していただくと大変助かります。ご協力をよろしくお願いいたします。

### 《小学生(中学年)と中学生の1人1回当たりの学校給食摂取基準》

区分	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (%)	脂質 (%)	食塩相当量 (g)
小学生(中学年)	650	エネルギーの13~20%	エネルギーの20~30%	2未満
中学生	830			2.5未満

出典:文部科学省 令和3年4月1日改正 学校給食実施基準より

学校給食は、子どもたちが1日に必要とする栄養量の約1/3がとれるよう献立を作成しています。日によって差はありますが、1ヶ月を平均して必要な栄養量がとれるようになっています。

### 今月のふるさと給食

#### たけのこ

ふるさと給食のコーナーでは、小松市や石川県でとれる旬の地場産物を紹介します。



小松市東山町のたけのこは、粘土質の赤土の山で作られているため、皮が白くやわらかく、甘みがあり、香りも豊かです。

## 4月分給食献立もりつけ表

3ブロック	中学校			小松市教育委員会
月	火	水	木	金
<p>今月の目標</p> <h2>食事の大切さを理解し、楽しく食事をしよう</h2>				
<p>7日</p>  <p>入学式</p>	<p>8日</p> 	<p>9日</p> <p>茎わかめのきんぴら</p> <p>いちごゼリー</p> <p>お魚団子のすまし汁</p> <p>彩りちらし</p> <p>入学・進級祝い献立</p>	<p>10日</p> <p>ゆかり和え</p> <p>ししゃもフライ 2個</p> <p>ごはん</p> <p>江戸っ子煮</p>	<p>11日</p> <p>コールスローサラダ</p> <p>フライドチキン 2個</p> <p>ポークシチュー</p> <p>ミルクロール</p>
<p>14日</p> <p>切り干し大根の炒り煮</p> <p>豚肉のくわ焼き 2個</p> <p>ごはん</p> <p>わかめの味噌汁</p>	<p>15日</p> <p>スパゲティナポリタン</p> <p>バターロール(おかず皿)</p> <p>大豆と春キャベツのサラダ</p> <p>ごはん</p> <p>鶏すき</p>	<p>16日</p> <p>キャベツのごぶ和え</p> <p>あじフライ</p> <p>ごはん</p> <p>鶏肉とじゃがいものうま煮</p>	<p>17日</p> <p>フルーツヨーグルト</p> <p>カレーライス</p>	<p>18日</p> <p>はるさめの酢のもの</p> <p>コーンシューマイ 3個</p> <p>ごはん</p> <p>あさりの八宝菜</p>
<p>21日</p> <p>小松菜のソテー</p> <p>煮込みハンバーグ</p> <p>ミルクロール</p> <p>春キャベツの米粉クリームスープ</p>	<p>22日</p> <p>大豆と野菜のごまからめ</p> <p>ごはん</p> <p>鶏すき</p>	<p>23日</p> <p>ペペロンチーノペンネ</p> <p>チーズ</p> <p>オムレツ</p> <p>バターロール</p> <p>ポトフ</p>	<p>24日</p> <p>ごま和え</p> <p>さばのカレー たつた揚げ</p> <p>ごはん</p> <p>豚汁</p>	<p>25日</p> <p>たけのこたまごのそばろ井</p> <p>けんちん汁</p> <p>ふるさと給食</p>
<p>28日</p>  <p>写生会</p>	<p>29日</p>  <p>昭和の日</p>	<p>30日</p> <p>もやしとらの炒めもの</p> <p>かき揚げ</p> <p>カブツキーのかまぼこを1枚のせる</p> <p>ごはん</p> <p>小松うどん(かやく)</p>		