

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

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。

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 食事について正しい理解を深め、健全な食生活を育む判断力や望ましい食習慣を養うこと。



3 明るい社交性と協同の精神を養うこと。



4 自然の恩恵への理解を深め、生命、自然を尊重する精神や環境の保全に寄与する態度を養うこと。



5 食生活が多くの人の勤労に支えられていることを理解し、感謝すること。



6 伝統的な食文化を理解すること。



7 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解すること。



学力 体力 食育力



今月のふるさと給食

たけのこ



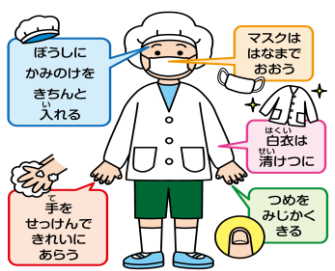
ふるさと給食のコーナーでは、小松市や石川県でとれる旬の地場産物を紹介します。

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、甘みがあり香りが豊かです。

4月は、「たけのこごはん」を提供します。

【給食当番の身支度】

給食当番になった人は、衛生的な配膳ができるように身支度を確認しましょう。



令和6年度給食費無償化を実施します。



※無償化の対象は市内の小中義務教育学校に在籍する児童生徒の保護者であって、小松市に住民登録がある方です。

【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。



4月分給食献立もりつけ表

2ブロック		中学校		小松市教育委員会					
月		火		水		木		金	
今月の目標									
給食の目的を知り、衛生的に配膳をしよう									
8日 入学式		9日 春キャベツのごま和え 彩りちらし すまし汁		10日 焼き肉 かつおふりかけ ごはん じゃがいもの味噌汁		11日 スパゲティナポリタン いちごムース バターロール(おかず皿) 大根サラダ		12日 白身魚の甘酢からめ ごはん 鶏肉とじゃがいものうま煮	
15日 ミニトマト2個 たけのこごはん 野菜かきあげ お魚団子汁 ふるさと給食		16日 オムレツのトマトソースかけ 米粉バターパン キャベツの米粉クリーム煮		17日 フルーツヨーグルト カレーライス カレーライス		18日 大豆と小魚のごまからめ りんご カブチーのかまぼこを1粒のせる 小松うどん(ちゃんこ)		19日 磯和え さばの生姜煮 ごはん 豚汁	
22日 豚肉の生姜焼き ココアワッフル ごはん とり野菜汁		23日 ナムル 若鶏の塩こうじから揚げ2個 わかめごはん ワンタンスープ		24日 マカロニサラダ チーズ ミルクロール ポークシチュー		25日 炒めなます アジフライ ごはん 江戸っ子煮		26日 クリームポテト 煮込みハンバーグ たまごスープ キャロットパン	
29日 昭和の日 		30日 はるさめの中華和え 春巻き ごはん 八宝菜							

4月 学校給食6つの食品群別献立表

令和6年度 1ブロック

小松市教育委員会

日 (曜)	献立名			食 品 名						栄養価(えいようか) エネルギー kcal たんぱく質 g 脂 質 %	
				おもにエネルギーのもとになる食品 (き)		おもに体をつくるもとになる食品 (あか)		おもに体の調子を整えるもとに なる食品(みどり)		小	中
				たんすいかぶつ が多い	しばうが多い	たんぱくしつが多い	むきしつが多い	カロチンが多い	その他のビタミン が多い		
9 (火)	牛乳	ごはん	㊤かつおふりかけ 焼き肉 じゃがいもの味噌汁	<u>こめ</u> さとう かたくりこ じゃがいも	あぶら	<u>ぶたにく</u> みそ あぶらあげ <u>おおむぎみそ</u>	<u>ぎゅうにゅう</u>	にんじん にら	にんにくしょうが たまねぎ <u>もやし</u> りんご はくさい しめじ ねぎ	599 25.4 29.3	782 31.9 27.0
10 (水)	牛乳	彩り ちらし	春キャベツのごま和え すまし汁	<u>こめ</u> さとう	ごま	あぶらあげ たまご ハム ふかし とうふ	<u>ぎゅうにゅう</u> わかめ	にんじん <u>こまつな</u>	ほししいたけ えだめ キャベツ たまねぎ ねぎ	592 22.4 25.1	765 27.6 22.6
11 (木)	牛乳	バター ロール	スパゲティナポリタン 大根サラダ いちごムース	バターロール スパゲティ さとう いちごムース	オリーブあぶら ドレッシング	ウインナー ツナ	<u>ぎゅうにゅう</u>	にんじん ピーマン <u>ブロッコリー</u>	にんにく たまねぎ セロリ だいこん きゅうり どうもろこし	665 24.5 36.0	828 30.3 34.5
12 (金)	牛乳	ごはん	白身魚の甘酢からめ 鶏肉とじゃがいものうま煮	<u>こめ</u> かたくりこ こむぎこ さとう じゃがいも	あぶら	ホキ <u>だいず</u> とりにく	<u>ぎゅうにゅう</u>	にんじん ピーマン いんげん	しょうが たけのこ たまねぎ こんにゃく	631 28.7 23.4	817 35.5 20.9
15 (月)	牛乳	ごはん	さばの生姜煮 磯和え 豚汁	<u>こめ</u> さとう <u>さつまいも</u>		さば <u>ぶたにく</u> やきどうふ みそ <u>おおむぎみそ</u>	<u>ぎゅうにゅう</u> のり	<u>こまつな</u> にんじん	しょうが <u>もやし</u> こんにゃく キャベツ ねぎ	602 26.0 28.0	773 32.0 25.5
16 (火)	牛乳	ごはん	大豆と小魚のごまからめ 小松うどん(ちゃんこ) りんご	<u>こめ</u> かたくりこ さとう うどん	あぶら ごま	<u>だいず</u> カブツキーかまぼこ <u>ぶたにく</u> あぶらあげ	<u>ぎゅうにゅう</u> かえりぼし	にんじん いんげん	ほししいたけ だいこん はくさい ねぎ りんご	633 27.2 27.9	804 33.2 25.9
17 (水)	牛乳	麦ごはん	カレーライス フルーツヨーグルト	<u>こめ</u> おおむぎ じゃがいも	あぶら	ぎゅうにく	<u>ぎゅうにゅう</u> チーズ ヨーグルト	にんじん	にんにく たまねぎ りんご バナナ みかん パイナップル もも	649 19.8 26.3	837 24.4 24.3
18 (木)	牛乳	たけのこ ごはん	野菜かきあげ ミニトマト お魚団子汁	<u>こめ</u> おおむぎ さとう	あぶら	あぶらあげ おさかなとうにゅうだ んご	<u>ぎゅうにゅう</u>	ミニトマト にんじん ほうれんそう	<u>なまたけのこ</u> ごぼうかきあげ だいこん えのき ねぎ	588 18.0 34.6	766 22.2 31.8
19 (金)	牛乳	米粉 バター パン	オムレツのトマトソースがけ キャベツの米粉クリーム煮	<u>こめこバターパン</u> さとう じゃがいも <u>こめこ</u>	オリーブあぶら あぶら バター	オムレツ ベーコン とりにく	<u>ぎゅうにゅう</u>	ピーマン きピーマン トマト にんじん	にんにく たまねぎ キャベツ	619 27.0 39.0	790 33.9 38.8
22 (月)	牛乳	キャロット パン	煮込みハンバーグ クリームポテト たまごスープ	キャロットパン さとう かたくりこ じゃがいも	バター	ハンバーグ <u>たまご</u> とりにく	<u>ぎゅうにゅう</u>	にんじん	たまねぎ キャベツ しめじ	618 29.2 35.1	773 36.4 34.5
23 (火)	牛乳	わかめ ごはん	若鶏の塩こうじから揚げ ナムル ワンタンスープ	<u>こめ</u> おおむぎ かたくりこ こむぎこ さとう ワンタン	あぶら ごまあぶら ごま	とりにく <u>ぶたにく</u>	<u>ぎゅうにゅう</u> わかめ	にんじん チンゲンサイ	<u>もやし</u> きゅうり たまねぎ はくさい ねぎ	633 23.5 31.3	830 30.2 30.6
24 (水)	牛乳	ミルク ロール	マカロニサラダ ポークシチュー チーズ	ミルクロール マカロニ じゃがいも こむぎこ	マヨネーズ あぶら バター	とりにく <u>ぶたにく</u>	<u>ぎゅうにゅう</u> チーズ	にんじん	キャベツ どうもろこし たまねぎ りんご	604 25.1 34.6	751 30.9 33.4
25 (木)	牛乳	ごはん	アジフライ 炒めなます 江戸っ子煮	<u>こめ</u> さとう	あぶら ごま	あじフライ あぶらあげ <u>だいず</u> ぎゅうにく こうやどうふ	<u>ぎゅうにゅう</u> こんぶ	にんじん	だいこん こんにゃく たけのこ	669 30.1 33.0	859 37.2 30.8
26 (金)	牛乳	ごはん	豚肉の生姜焼き とり野菜汁 ココアワッフル	<u>こめ</u> さとう かたくりこ ココアワッフル	あぶら ごまあぶら	<u>ぶたにく</u> みそ とりにく やきどうふ	<u>ぎゅうにゅう</u>	にんじん ピーマン	しょうが たまねぎ キャベツ はくさい えのき ねぎ にんにく	685 29.7 31.9	856 36.4 29.8
30 (火)	牛乳	ごはん	春巻き はるさめの中華和え 八宝菜	<u>こめ</u> はるさめ さとう かたくりこ	ごまあぶら あぶら	ハム <u>ぶたにく</u> いか うずらたまご	<u>ぎゅうにゅう</u>	にんじん	はるまき きゅうり キャベツ しょうが たけのこ ほししいたけ たまねぎ はくさい	616 24.1 28.9	800 29.8 26.9

*食品群別献立表は、食品の主な働きによって分類したものであり、アレルギー等の特定をするためのものではありません。

*下線が引かれている食品は、地場産物(小松市産または石川県産)の使用を予定しています。

*都合により食材が変更になる場合があります。㊤は中学校のみにつきます。