

4月給食だより

学校給食について

ご入学・ご進級おめでとうございます。

学校給食は、栄養バランスのとれた豊かな食事であることはもちろん、食に関する知識や実践力を身につけるための教材であり、学校教育の一環として取り組んでいます。学校給食法では、子どもたちの心身の健全な発達への助けとなるために、次の7つの目標を掲げています。

学校給食の栄養について

<p>健康な体をつくる</p>	<p>望ましい食生活のお手本になる</p>	<p>助け合い、協力して楽しく食べる</p>	<p>自然の恵みに感謝する</p>
<p>働く人たちに感謝して食べる</p>	<p>地域の食を知り未来に伝える</p>	<p>食を通して社会のしくみを知る</p>	

献立の内容

<p>ごはん</p> <p>週2回</p>	<p>パン</p> <p>週2回</p>	<p>めん類</p> <p>週1回</p>	<p>○副食（おかず）は、煮物・焼き物・揚げ物・炒め物・蒸し物・和え物・汁物など変化をつけています。</p> <p>○行事や旬の食材、季節感を考えています。</p> <p>○地場産物を活用しています。</p>
-----------------------	----------------------	-----------------------	--

毎月の献立表をご確認ください

食物アレルギーは、乳児期にもっとも多く、年齢が上がると共に減少します。しかし、中には学童期以降にアレルギー症状があらわれる場合もあります。給食で初めて食べる食材がある場合は、体調のよい時に、まずはご家庭で食べることをおすすめします。毎月配布している献立表には、献立名や使用している食材などが書かれていますので、ご確認ください。

募集

おいしい給食で子どもたちを笑顔に 学校給食センター調理員(会計年度職員)募集

募集人数 若干名
 業務内容 学校給食の提供に関する業務全般（調理、洗浄、清掃等）
 ※調理師免許は必要ありません。
 勤務時間 午前8時00分～午後4時00分 ※時間に変動のある日もあります。
 給与 有資格者（5年未満）1日（7時間） 8,640円
 無資格者 1日（7時間） 7,939円
 応募方法 履歴書（写真添付）を持参の上、学校給食センターまで本人がお越しください。簡単な面接を行います。資格を有する方は、資格を証明するものの写しを履歴書に添付してください。
 詳細 教育委員会 学校給食センター ☎25-2573

2024（令和6年）4.9
足寄町学校給食センター

4月予定献立表

日	主食 (働く力や体温になる)	主菜 (肉や骨など体をつくる)	副菜 (体調を整え、体をつくる)	汁物・デザート (不足しがちな栄養素を補う)	牛乳
9 火	コッペパン 小麦粉、塩、ショートニング、脱脂粉乳、イースト、砂糖、鶏卵、マーガリン	ミートローフ 玉葱、鶏肉、豚肉、大豆、鶏卵、生クリーム、苺、パン粉		チゲガイのスープ/温州みかんゼリー 白菜、チンゲンサイ、人参/温州みかんゼリー	牛乳
10 水	醤油ラーメン ラーメン、豚肉、メンマ、人参、白菜、もやし、長ねぎ		青のりポテト じゃが芋		牛乳
11 木	食パン 食パン		もやしナムル もやし、人参、茎わかめ	カレーシチュー 豚肉、じゃが芋、玉葱、人参、牛乳	白ぶどう&ほうれん草ジュース
12 金	わかめおにぎり 精白米	みそから揚げ 鶏肉	にらと卵のお吸い物/入学お祝いデザート にら、鶏卵/クレープ		牛乳
15 月	ごはん 精白米	ホタテフライ ホタテフライ	きんぴらごぼう 人参、ごぼう	玉ねぎのみそ汁 鶏卵、玉葱	牛乳
16 火	小豆パン 小麦粉、塩、ショートニング、脱脂粉乳、イースト、砂糖、鶏卵、マーガリン、あずき	れんこん入り鶏つくね 鶏肉、長ねぎ、れんこん		ベーコンスープ/紫もみチップス キャベツ、人参、ベーコン/紫もみチップス	牛乳
17 水	けんちんうどん うどん、鶏肉、こんにゃく、大根、人参、長ねぎ、ごぼう、里芋		大学かぼちゃ 南瓜		牛乳
18 木	クロワッサン クロワッサン	Caたっぷりお好み焼き キャベツ、コーン、ベーコン、鶏卵、小松菜、シュレットチーズ		春雨スープ 春雨、鶏肉、鶏卵、玉葱	牛乳
19 金	肉もやしあんかけ丼 精白米、豚肉、もやし、玉葱、にら、人参	しゅうまい しゅうまい	白玉団子汁 白玉、生揚げ、大根、人参、しめじ、えのき		牛乳
22 月	ごはん 精白米	さんまうまか煮 さんまうまか煮	なめたけ和え もやし、白菜、なめたけ	わかめのみそ汁 わかめ、長ねぎ	牛乳
23 火	黒糖パン 小麦粉、塩、ショートニング、脱脂粉乳、イースト、黒糖、鶏卵、マーガリン	コロケのツナソース ポテトコロケ、まぐろ、マスカルポーネチーズ	ひじきサラダ ひじき、ハム、キャベツ	肉団子と野菜のスープ 肉団子、キャベツ、人参、長ねぎ	牛乳
24 水	ミートソースパゲティ スパゲティ、玉葱、人参、ピーマン、鶏肉、豚肉、大豆			大根スープ/バナナヨーグルト 大根、小松菜/ホットケーキ粉、鶏卵、牛乳、バナナ、ヨーグルト	牛乳
25 木	ブランパン（丸型） 小麦粉、砂糖、塩、鶏卵、脱脂粉乳、イースト	鶏のから揚げ・ねぎ塩 鶏肉	ブロッコリーサラダ ブロッコリー、人参	塩ガラスープ にら、大根、人参	牛乳
26 金	ポークカレー 精白米、豚肉、じゃが芋、玉葱、人参、大豆			フルーツカクテル オタデココ、苺、蜜桃、フルーツカクテル、カラフルゼリー	牛乳
30 火	かぼちゃパン 小麦粉、塩、ショートニング、脱脂粉乳、イースト、砂糖、鶏卵、マーガリン、かぼちゃ		うどんサラダ うどん、鶏肉、茎わかめ、コーン、人参	ブラウンシチュー 豚肉、じゃが芋、玉葱、人参、生クリーム、牛乳	牛乳

★ 見やすい所にはって、ご家庭の食事の参考にしてください。
 ★ 材料の都合により、献立が変更になることがあります。ご了承ください。

献立のお知らせ



12日：わかめおにぎり

給食の前には、必ず手洗いを
して清潔なハンカチで手を拭
きましょう。綺麗な手でおい
ぎりを食べましょうね！

入学お祝いデザート
春の果物いちごを味わえる
クレープを提供します。



19日：白玉団子汁

白玉団子はのどにつまりやす
いので、急いで飲み込まず、
よくかんで食べましょう。

19日：白玉団子汁

お世話になりました

4年間、足寄中学校の栄養教諭と
して勤めさせていただきました。足
寄町の給食作りのこだわりは、自分
にとって日々学びの連続でした。

給食を通して多くの生産者の方と
関わり、実際に食を支えている現場
を体験させていただく機会もありま
した。これは足寄町ならではの貴重
な時間となりました。

児童・生徒達にとって、これから
も給食の時間が楽しい時間であるこ
とを願います。ありがとうございました。

栄養教諭 辻 陽介

平均値	エネルギー	たんぱく質	脂質
小学生	673kcal	25.0g	27.1g
中学生	804kcal	29.9g	32.5g
高校生	682kcal	23.3g	24.9g

(※高校生は、牛乳を除く)