

日	曜日	献立名			エネルギー	献立メモ	
		主食(+主菜)	主菜・副菜・デザートなど		たんぱく質		
7	火	入学式					<p>☆<u>入学・進級お祝い献立(8日)</u> 入学・進級のお祝いとして、赤飯と紅白のなるとが入ったすまし汁を作ります。</p> <p>☆<u>チキンカレーライス(10日)</u> 手作りのルーや餡色玉ねぎなどを加えてじっくりと煮込み、コクのあるカレーライスを作ります。</p> <p>☆<u>たけのご飯(15日)</u> 旬の新たけのこを使って、ご飯を作ります。</p> <p>☆<u>キャベツメンチカツ(22日)</u> 柔らかく色鮮やかな春キャベツをたっぷり使って、メンチカツを作ります。</p> <p>☆<u>草団子(23日)</u> よもぎを生地に混ぜた春らしい若草色のお団子を作ります。</p> <p>☆<u>春野菜のシチュー(30日)</u> 新じゃがいもや新玉ねぎ、春キャベツ、グリーンピースなどの春野菜が入ったシチューを作ります。</p> 
8	水	お赤飯	鶏のから揚げ 野菜のおかか和え すまし汁	○	774kcal 29.9g		
9	木	生揚げと豚肉のみそ炒め丼	大根とにらのスープ 果物	○	803kcal 36.9g		
10	金	チキンカレーライス	コーンサラダ 果物	○	804kcal 23.2g		
13	月	わかめご飯	ししゃものごま味噌がけ おひたし 春野菜の炊き合わせ	○	808kcal 34.8g		
14	火	スパゲッティー ミートソース	人参とツナのサラダ アップルゼリー	○	726kcal 32.5g		
15	水	たけのご飯	ひじき入り卵焼き ごま和え すまし汁	○	727kcal 31.1g		
16	木	フィッシュサンド	ひよこ豆と野菜のスープ 果物	○	753kcal 38.0g		
17	金	マーボー豆腐丼	ナムル 果物	○	777kcal 33.4g		
20	月	あんかけ焼きそば	中華風キャベツ 牛乳寒天	○	715kcal 31.3g		
21	火	五目チャーハン	汁ピーフン 果物	○	763kcal 28.8g		
22	水	ご飯	キャベツメンチカツ みそ汁 大根とひじきのサラダ	○	881kcal 34.1g		
23	木	鶏そぼろご飯	臭たくさんみそ汁 草団子	○	733kcal 26.8g		
24	金	ミルクパン	ポテトグラタン グリーンサラダ	○	800kcal 33.6g		
27	月	豚肉と高野豆腐のうま煮丼	みそ汁 果物	○	712kcal 27.7g		
28	火	ご飯	魚の香味焼き かき玉みそ汁 キャベツのごまドレッシングがけ	○	797kcal 32.5g		
30	木	ハニートースト	春野菜のシチュー カリカリパンのサラダ	○	810kcal 26.8g		

【月平均栄養価】エネルギー:774kcal たんぱく質:31.3g 脂質:25.8g 食塩相当量:3.2g

※食材料の都合等により、献立・食材料を変更する場合があります。

4月給食たより

春のうらかな陽気に包まれ、新年度が始まりました。ご入学・ご進級おめでとうございます。

給食室では成長期のみなさんの心身の健康を支えるため、安心・安全で栄養バランスのとれたおいしい給食作りに努めてまいります。どうぞよろしく願いいたします。

大鳥中学校の給食

基本はすべて手作り!

1階の給食室で約610人分の給食を作っています。コロッケやハンバーグなども手作りです。カレーのルーも手作りです。調理済み食品は使いません。



食材について

毎朝、新鮮な食材を納入しています。生鮮野菜や果物・肉はすべて国産、その他の食材についてもなるべく国産のものを使用するように心がけています。また、着色料不使用のものを使っています。

安全な給食のために

月2回の細菌検査、毎日の健康チェック、水質検査、料理の温度管理など、衛生管理の徹底に努めています。

素材の味を大切にします

素材の味や食感を生かした調理を心がけています。温かいものは温かく、冷たいものは冷たく出せるよう工夫します。

だしについて

料理に合わせてかつお節・昆布・鶏がら・豚骨でだしをとります。化学調味料を味付けに使用することはありません。

行事食・郷土料理・世界の料理など

旬の食材をたっぷり使った料理や行事食・郷土料理・世界の料理なども献立に登場します。給食を通して季節を感じたり、様々な文化に触れたりすることで食への興味・関心をもち、豊かな心を育ててほしいと考えています。他にも、リクエスト給食・セレクト給食などを実施する予定です。

☆食物アレルギーへの対応について☆

「学校におけるアレルギー疾患への対応の手引」(令和3年6月改定)に基づき、除去食(アレルギーの原因となる食品を取り除いた食事)対応を行っています。年度の途中でも体調の変化などがあつた方は、速やかに担任または栄養士までお知らせください。医師による診断書類の提出後、学校と保護者・本人で面談をした上で対応開始となります。(年度途中からの対応は、医師診断書類提出時から面談終了まで、安全のため給食を一時停止させていただきます。医師の診断のない場合には対応できませんので、ご了承ください。)

☆給食当番のエプロン・帽子・マスクについて☆

給食当番はエプロン・帽子・マスクを着用します。週末にエプロン・帽子は持ち帰り、ご家庭にて洗濯とアイロンがけをお願いします。柔軟剤等の使用にあたっては次に着用する方にご配慮いただくようお願いいたします。(香りの感じ方には個人差があり、柔軟剤等の香りでの頭痛や吐き気がするという場合があります。使用される場合は、使用量の目安等も参考にしてください。)

併せて給食当番の際は、マスクの持参もお願いいたします。(マスクの配付は学校では行っておりません。)

☆給食の停止について☆

欠席が5日以上になる場合(土日祝日を除く)は、「給食停止届」をご提出いただくとお申出日から3日後以降の給食を停止いたします。担任または栄養士までご連絡ください。急な給食再開や曜日・日付指定の給食提供には対応できませんので、ご了承ください。