



日	曜	こんだて名		エネルギーになるもの	血や肉になるもの	体の調子をよくするもの	エネルギー	たんぱく質
		主食、おかず		(炭水化物、脂質)	(たんぱく質、ミネラル)	(ビタミン・ミネラル)	脂質	食塩相当量
10	金	キーマカレーライス	ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん ホールトマトカット	750	32.7
		やさしいスープ		こむぎこ あぶら	ぶたにく レバーそぼろ	やさしいジュース いためたまねぎ ケチャップ		
13	月	ごはん	ぎゅうにゅう	こめ あぶら	ぎゅうにゅう	にんじん ながねぎ たまねぎ ごぼう	718	31.2
		にくどうふ もやしのすましじる		かたくりこ	ぶたにく どうふ	またいたけ しらたき ほうれんそう		
14	火	ミートソーススパゲッティ	ぎゅうにゅう	スパゲッティ	ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん マッシュルーム ケチャップ	704	32.4
		やさしいバターソテー		あぶら こむぎこ	ぶたにく レバーそぼろ	いためたまねぎ ホールトマトカット やさしいジュース		
15	水	ごはん	ぎゅうにゅう	こめ あぶら	ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん こんにゃく	702	27.9
		じゃがいものそぼろに なめこじる		じゃがいも かたくりこ	ぶたにく あつあげ	グリーンピース なめこ だいこん		
16	木	ごはん	ぎゅうにゅう	こめ あぶら	ぎゅうにゅう	きりぼしだいこん たまねぎ	696	30.4
		ぶたにくのみそいため もやしソテー		かたくりこ さといも	ぶたにく どうふ	もやし にんじん なら		
17	金	ガバオライス	ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん ビーマン	723	34.7
		とりにくのさっぱりスープ		あぶら	ぶたにく チキンささみ	パプリカ たけのこ かんそうバジル		
20	月	ごはん	ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう	キャベツ にんじん れんこん	700	29.9
		ぶたにくやさしいのみそに わかめのすましじる		あぶら かたくりこ	ぶたにく あつあげ	たけのこ こんにゃく さやいんげん		
21	火	ロールパン	ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう	にんじん マッシュルーム ケチャップ	752	34.9
		チリコンカン		あぶら じゃがいも	ぶたにく レバーそぼろ	たまねぎ ホールトマトカット やさしいジュース		
22	水	ごはん	ぎゅうにゅう	こめ あぶら	ぎゅうにゅう	にんじん だいこん ごぼう	741	32.2
		ちくぜんに きりぼしだいこんのみそしる ももゼリー		さといも	とりにく あつあげ	たけのこ こんにゃく さやいんげん		
23	木	ガーリックライス	ぎゅうにゅう	こめ パター あぶら	ぎゅうにゅう	マッシュルーム しめじ	777	32.7
		さかなのきのこクリームかけ		オリーブオイル	トラウト	またいたけ たまねぎ にんじん		
24	金	カレースパゲッティ	ぎゅうにゅう	スパゲッティ	ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん マッシュルーム	739	34.8
		やさしいソテー ヨーグルト		あぶら こむぎこ	ぶたにく レバーそぼろ	ビーマン いためたまねぎ ケチャップ		
27	月	ちゅうかどん	ぎゅうにゅう	こめ あぶら	ぎゅうにゅう	はくさい にんじん たまねぎ	704	31.8
		のりスープ		かたくりこ	ぶたにく あつあげ	もやし たけのこ チンゲンサイ		
28	火	〇はるをあげわおうこんだて		こめ あぶら	ぎゅうにゅう	にんじん キャベツ たまねぎ	734	31.7
		ごはん	ぎゅうにゅう	さかなのこみやさき	さわら ひじき	かぶ たけのこ えだまめ		
30	木	まるパン(リンゴジャム)	ぎゅうにゅう	パン マカロニ	ぎゅうにゅう	たまねぎ いためたまねぎ マッシュルーム	687	32.3
		ぶたにくのオニオンソテー グラッセ		あぶら パター	ぶたにく	にんじん さやいんげん ほうれんそう		
		ミネストローネ				トマトピューレ	23.1	2.5

今月の平均栄養価 エネルギー 723kcal たんぱく質 32.1g 脂質 21.7g 食塩相当量 2.3g

諸事情により献立・材料を変更することがあります。

入学・進級おめでとう



はる ひびき しんにゅうせい むか しんねん
 うらかな春の日差しのもと、ピカピカの新入生を迎え、新年
 ど はじ にゅうがく しんきゅう がつ がつ
 度が始まりました。ご入学・ご進級おめでとうございます。4月は、
 あたら せいしかつ きたい むね ふく いたぼう かんきょう か つか
 新しい生活への期待に胸を膨らませる一方で、環境が変わり、疲
 れやすストレスがたまりやすくなる時期でもあります。夜は早めに
 ね ちようしよく た どうごう たいせつ
 寝て、朝食をしっかりと食べてから登校することが大切です。
 こんねん ど あんしん あんぜん きゅうしよく ていきよう しょくいんいち
 今年度も、安心・安全でおいしい給食を提供できるよう職員一
 かん とく がっこうきゅうしよく りかい きようりよく
 丸となって取り組んでまいります。学校給食へのご理解・ご協力のほど、よろしくお願ひ致します。



本校の給食の取り組みについて

毎月ごとに給食の予定献立表を配付しています。献立表は主な材料を3つの栄養的な特徴の群に分けて示しています。栄養価は、中学部・高等部用です。小学部はその8割を目安としてください。



給食で使用する食材は、栄養価を充足できるよう様々な食品を使用しています。豆腐は、鉄・カルシウム・食物繊維が強化されたものを使用しています。また、野菜ジュースは野菜の摂取量を上げるとともに食塩の使用量を減らし、うま味をアップさせる目的として使用しています。



本校の給食では、「日本味めぐり」と題して日本各地の郷土料理が登場します。また、行事食や旬の食材を使用した献立や神奈川県産の地場産物を利用した「かながわ産品学校給食デー」も予定しています。どちらも来月以降行う予定です。お楽しみに！給食を通じて、様々な食材や味に挑戦でき、食べる楽しさの経験を増やせるように心を込めておいしい給食づくりに努めたいと思います。1年間、どうぞよろしくお願いいたします！



安全においしく給食を食べるための約束

給食は、安全においしく食べられるように考えて作られています。配膳するときや食べるときに一人一人が気をつけないと、事故につながることがあります。楽しい給食時間を過ごせるように、以下のことを守りましょう。



！ 食べるときに気をつけること

<p>姿勢よく、おわんは手に持って食べましょう。</p> <p>★足を組んだり、いぬぐ犬食いになりしなないようにしましょう。</p>	<p>食べやすい大きさにし、よくかんで食べましょう。</p> <p>★口に詰め込みすぎないように気をつけましょう。</p>	<p>食べている人を驚かせたり笑わせたりしてはいけません。</p> <p>★食べ物を吸い込むと危険です。</p>
---	--	---

○ 春をあじわおう献立・・・春の食材をつかった献立です！給食を食べて、季節を味わいましょう♪



さわら（鯖）



はるキャベツ



しんたまねぎ



かぶ



たけのこ



いちご

今月の欠食届締め切りについて

※ゴールデンウィークの関係で、5月分の締め切り日が不規則になっていますので、ご注意ください。

欠食する日				締め切り日		欠食する日				締め切り日			
4/27	(月)	～	5/15	(金)	4/10	(金)	6/1	(月)	～	6/5	(金)	5/11	(月)
5/18	(月)	～	5/29	(金)	4/21	(火)	6/8	(月)	～	6/12	(金)	5/18	(月)