

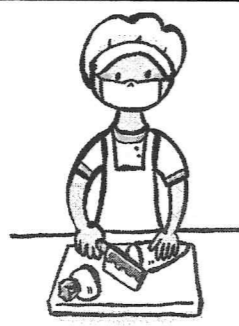
令和5年
大仙市
学校給食総合センター
スマイルランチ(★)※
栄養教諭 長澤 香
【B班】

4月 予定献立表

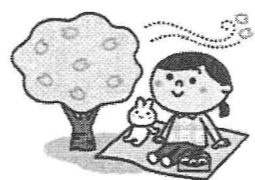


月	火	水	木	金
			6 ・ごはん ・とうふハンバーグ ・こんにゃくのおかか炒め ★ スンドゥブチゲ ★ 豆腐やキムチが入った韓国の鍋料理。	7 ・ごはん ・いわしのオレンジ煮 ★ ひとろふろふき大根 ★ 山菜豚汁 ★ 味噌のり ★ 鬼滅の刃に關係した献立。
10 ・ごはん ・ベーコンコロッケ ・メンマのオイスター炒め ・みそワタンスープ ★ ふりかけ(はいが) 胚芽は、身になる部分。	11 ・ごはん ★ 中華ラビオリ ・春雨入りきんぴらごぼう ・とりごぼうスープ ★ ラビオリはイタリアの pasta の仲間。今回は中華風に。	12 ・ごはん ・とりの西京焼き ・ひじきと厚揚げの炒り煮 ★ せんべい汁 ★ 青森県八戸市周辺の煮干しだしを使った郷土料理。	13 ・ごはん ・ホッケフライ ★ プルコギ炒め ・プチぎょうざスープ ★ プルコギは、春雨や野菜を炒めた韓国料理。	14 ★ 大豆ミートカレー ・もやしのごまサラダ ・はちみつレモンゼリー ★ 大豆ミートは、大豆を乾燥させてお肉のように見立てた加工食品。
17 ・ごはん ・カツオフライ ・いためビーフン ★ 若竹汁 ・洋なしミニゼリー ★ 旬の食材の出会いもの。	18 ・ごはん ★ ハンバーグ ・カレーとろみ炒め ・卵とコーンのスープ ★ 手作りソースには、りんごのすりおろしと豆ペースト入り。	19 ・ごはん ・とりの天ぷら ・すき昆布の炒り煮 ★ おこげ入り八宝菜スープ ★ 「おこげ」を割って、スープに中へ入れてね。	20 ・ごはん ・サバのカレー焼き ・キムタク炒め ★ かぶのみそ汁 ★ 春のかぶは、やわらかくて、みずみずしいのが特徴。	21 ・ごはん ・ささみチーズフライ ・にんじんしりしり ★ マロニースープ ★ マロニーの原料は、じゃがいもなどのでん粉。
24 ・ごはん ・サバのみそ煮 ・筑前煮 ★ 赤だし ・お茶めな大豆 ★ 赤みそを混ぜたみそ汁。	25 ★ 丸パン ・メンチカツ ・コーンバター炒め ・にんじんのクリームスープ ・ブルーベリージャム ★ 新しいパン屋さんのパン!!	26 ・ごはん ★ とり肉の塩から揚げ ・チーズごま和え ・沢煮椀 ★ スマイルランチで作る、手作りメニュー。	27 ・ごはん ・ホキのポテト衣フライ ★ じゃがピー ・もずくのみそ汁 ★ 「じゃがいも」と「ピーマン」を合わせたメニュー。	28 ★ ハヤシライス ・厚揚げホイコーロー ・ヨーグルト(プレーン) ★ ハヤシライスは、日本で生まれた洋食のひとつ。

- 4月の大仙市産
- 米
 - 龍之助ねぎ(4/20~)
 - ブロッコリー
 - かぼちゃペースト
- 【龍之助ねぎの特徴】
・やわらかくて、甘みのある春のねぎです。



- 4月の秋田県産
- ぶた肉
 - にんにく
 - しめじ(由利本荘市)
 - またけ(秋田市)
 - おむぎ枝豆
 - トウバンジャン(三種町)



このマークがあるときは
さかなの骨に注意しながら食べましょう!

学校給食を通して学び、身に付けたいこと

環境が変わるこの季節は、緊張や不安から体調を崩しやすくなる頃でもあります。睡眠をしっかりとり、朝ごはんを食べて登校しましょう。今年度も安全・安心でおいしい給食、子どもたちから楽しみに待ってもらえる給食を提供できるようにチーム一同、力を合わせて頑張りますので、どうぞよろしくお願いいたします。

学校給食は、ただ単に「学校で食べる昼食」ということだけではなく、教育活動の一環として位置付けられています。栄養バランスのとれた食事を提供することで、成長期にある子どもたちの心身の健康を増進し、体位の向上を図り、食に関する指導の生きた教材となるように考えられています。

<p>食事の重要性</p> <p>おいしいね</p> <p>食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。</p>	<p>心身の健康</p> <p>健康!</p> <p>心身の成長や健康の保持増進の上で、望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。</p>	<p>食品を選択する能力</p> <p>正しい知識・情報に基づいて、食品の品質及び安全性等について自ら判断できる能力を身に付ける。</p>
<p>感謝の心</p> <p>食べ物を大事にし、食料の生産等に関わる人々へ感謝する心をもつ。</p>	<p>社会性</p> <p>食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付ける。</p>	<p>食文化</p> <p>各地域の産物、食文化や食に関わる歴史等を理解し、尊重する心をもつ。</p>

出典：文部科学省「食に関する指導の手引—第二次改訂版—」(H31.3)

スマイルランチの給食について

- 【ごはん】…週4回(お米は大仙市で作られている「あきたこまち」を使用しています。スマイルランチで炊飯しています)
- 【パン】…月2回(令和5年度より由利本荘市の「渡部製パン」さんで作られます。学校給食用の配合が決まっています)
- 【めん】…当面の間、お休みさせていただきます
- 【牛乳】…毎日付きます(令和5年度より岩手県の「小岩井乳業」さんで作られて、各学校へ届けられます)
- 【おかず】…いろいろな食品や地場産食材などを取り入れながら、和食や中華、洋食などさまざまな料理を組み入れています
- 【給食費】…一食単価：小学校270円・中学校300円(食料費の購入のみに使用し、光熱費や人件費等は含まれません)
- 【チーム】…大仙市職員7名、栄養教諭2名、調理員35名(総勢44名で約3000人分の給食を作ります)

4月 読書×給食「ブックメニューの日」

◆「ブックメニューの日」とは、絵本や物語、小説などに登場する料理や食べ物を給食で再現、登場させる取り組みです。

「サバのみそ煮」 ★サバの小骨に曲線美を見出す 【風たちぬ】	「かぶ」 ★発売から50年以上!! 【おおきなかぶ】	「味噌のり」 ★日本伝統の模様がのりに! 【鬼滅の刃】	「山菜」 ★炭治郎の好物はタラの芽 【鬼滅の刃】	「ふろふき大根」 ★「龍」は春の季節 【鬼滅の刃】
--------------------------------------	----------------------------------	-----------------------------------	--------------------------------	---------------------------------