

4月給食だより



| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|---|---|---|--|---|
| <p>●キャベツ ●たまねぎ ●かぼちゃ ●むきえだまめ ●だいず ●長ねぎ ●小松菜 ●とうふ ●あつあげ ●あぶらあげ ●糸こんにゃく ●ウインナー ●みそ ●米</p> <p>★今年度も秋田県産、大仙市、中仙地域の食材を取り入れていきます。</p> | | | | |
| <p>9 ・ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> えだまめシューマイ (小2コ、中3コ) ホイコーロー わかめスープ | <p>10 ・背割りパン</p> <ul style="list-style-type: none"> 秋田県産ポークウインナー バックケチャップ&マスタード 五目焼きそば ポパイスープ | <p>11 ・ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> 若鶏のマーレード焼き 荳わかめの炒め煮 厚揚げのみそ汁 | <p>12 ・ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> 赤魚の西京焼き 肉じゃが 八杯豆腐汁 | <p>6 ・ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> ほっけみりんしょうゆ焼 厚揚げのうま煮 もずくのみそ汁 |
| <p>16 ・ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> いわしの梅煮 野菜とちくわの炒めもの 豚汁 | <p>17 ・むぎごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> チキンカレー 杏仁フルーツポンチ キャンディチーズ (小2コ、中3コ) | <p>18 ・たけのごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> 花型バーグおろしソースかけ ひじきの炒め煮 卵豆腐と菜の花のすまし汁 お祝いいちごゼリー | <p>19 ・ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> 野菜春巻き チンジャオロースー ワンタンスープ塩味 | <p>13 ・高野豆腐のそぼろ丼</p> <ul style="list-style-type: none"> むぎごはん 高野豆腐のそぼろ炒め かぼちゃのみそ汁 白桃ヨーグルト |
| <p>23 ・ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> 杜仲豚のしょうが焼き ハムともやしの炒めもの つみれのしょっつる汁 | <p>24 ・ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> さばのみそ煮 れんこんのきんぴら 米粉めん入りすまし汁 | <p>25 ・ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> 揚げぼだっこ さつまいものうま煮 ふきと豆腐のみそ汁 | <p>26 ・ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> 若鶏の唐揚げレモンソースかけ ミモザソテー コンソメスープ | <p>20 ・山菜うどん</p> <ul style="list-style-type: none"> 秋田どっさり肉だんご (小2コ、中3コ) キャベツの煮びたし ココアドッグ(中のみ) |
| <p>27 ・豚丼</p> <ul style="list-style-type: none"> むぎごはん 豚肉の甘辛炒め 大根のみそ汁 桜ゼリー | | | | |

◆◆ 牛乳は毎日つきます。牛乳のかわりにジョアがつく日もあります。◆◆

※都合により献立が変更になることもあります。ご了承くださいませよう、お願いいたします。

<給食センターの衛生管理について>

・給食センター全職員に、毎月2回腸内細菌検査、10～3月は月1回ノロウイルス検査を実施しています。

3月は、腸内細菌検査、ノロウイルス検査のいずれも全職員陰性でした。

・ノロウイルスや細菌性の食中毒予防を考慮し、献立作成や調理を行っています。食品は全て加熱し、中心温度が85～90℃以上であることを90秒確認して提供しています。

また11～4月は、和え物やわかめごはん等、加熱後に手を加えるものは控えています。

<こんなことに気を付けています！>

| | | |
|---|---------------------------------|--|
| <p>えいよう 栄養バランス</p> <p>バランス</p> | <p>みりやく こんだてづく おいしく魅力ある献立作り</p> | <p>ぎょうじしよく きょうどりよりり でんしりょう 行事食や郷土料理の伝承</p> |
| <p>しんん しよくざい しぼさんぽつ かつよう 旬の食材や地場産物の活用</p> | <p>しよくひん あんぜんせい 食品の安全性</p> | <p>えいせいでき ちやうり 衛生的な調理</p> |

ご入学・ご進級おめでとうございます！

いよいよ新年度のスタートです。お楽しみみの給食について、紹介します。



<中仙学校給食センターの給食>

デザート
行事食や栄養素を補うために週1～2回出ます。

牛乳
毎日付きます(ジョアが付く日以外) 若手県産の湯田牛乳で作られています。中身は秋田県産の牛乳です。

ごはん 週4回。中仙産の「あきたこまち」100%です。

おかず
メイン(主菜)と野菜のおかず(副菜)、汁ものを基本に。地元でとれた食材を使って栄養たっぷりです。

パン

2週間に1回。米粉を使った「米粉パン」です。米粉は大仙市産あきたこまちです。

めん

2週間に1回。大曲の「クマガイフーズ」さんで作られているものです。

<中仙学校給食センターの食器>

大仙市の学校給食センターでは、家庭と同じ状況で食べてもらおうと強化磁器の食器を使用しています。そのため、乱暴に扱おうと割れてしまいます。準備や後片付けのときは、丁寧に扱ってください。

ちなみに・・・

| | | | |
|-----|--|---------|-----------------|
| お椀 | | 813円/枚 | 食器も大切に 使おうね！ |
| お皿 | | 873円/枚 | |
| 丼ぶり | | 1520円/枚 | |

<学校給食の栄養>

エネルギー(基準)

| | |
|--------|------------|
| 小学校低学年 | ・・・530kcal |
| 中学年 | ・・・640kcal |
| 高学年 | ・・・750kcal |
| 中学生 | ・・・820kcal |

給食では、一日に必要な栄養量の1/3がとれるようになっています。特に家庭でとりにくいカルシウムは1/2がとれるようになっています。

●給食+朝食・夕食で100%になるように、家庭でもバランスよく食べましょう！

<給食費について>

【1食単価】 小学校：270円 中学校：300円

学校給食は、保護者のみなさまにお支払いいただく給食費によって成り立っています。お預かりした給食費は、食材料の購入のみに使用しており、人件費等は含みません。給食費は5月から毎月25日(休日や祭日、土曜日に当たる場合には、その休日明けの日)口座振替や納付書による納付をお願いしております。納め忘れのないようお願いいたします。

また、平成29年度分の給食費を完納されていない方は、5月20日まで納付くださるようご協力よろしくお願い致します。

