

4月給食だより



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。お楽しみ給食について、紹介します。



給食はじま

<中仙学校給食センターの給食>

月	火	水	木	金													
<p>今月の 中仙・大仙市産 小松菜 ●豆腐 ●厚揚げ ●油揚げ ●糸こんにゃく ●ハム ●ウインナー ●ベーコン ●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>4</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん いわし梅煮 野菜とちくわの炒めもの 豚汁 もものタルト 	<p>5</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん チーズインハンバーグ ハムとキャベツの炒めもの ABCスープ 	<p>8</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん キャベツぎょうざたれかけ (小2コ、中3コ) マーボー春雨 モロヘイヤとなめこのスープ 	<p>9</p> <ul style="list-style-type: none"> 高野豆腐のそぼろ丼 むぎごはん 高野豆腐のそぼろ炒め かぼちゃのみそ汁 杏仁プリン 	<p>10</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん 枝豆しゅうまい (小2コ、中3コ) ホイコーロー わかめスープ 	<p>11</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん 赤魚の西京焼き 肉じゃが 八杯豆腐汁 	<p>12</p> <ul style="list-style-type: none"> オレンジパン タンドリーチキン 五目焼きそば ポパイスープ 	<p>15</p> <ul style="list-style-type: none"> たけのこごはん 花型バーグおろしソースかけ ひじきの炒め煮 なるとのすまし汁 お祝いいちごゼリー 	<p>16</p> <ul style="list-style-type: none"> むぎごはん ポークカレー キャベツの温野菜 バックドレッシング (イタリアン) アーモンド小魚 	<p>17</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん 若鶏のマーマレード焼き 茎わかめの炒め煮 厚揚げのみそ汁 	<p>18</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん 野菜春巻き チンジャオロースー ワンタンスープ塩味 	<p>19</p> <ul style="list-style-type: none"> 山菜うどん 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>22</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん 柱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>23</p> <ul style="list-style-type: none"> 豚丼 むぎごはん 豚肉の甘辛炒め 大根のみそ汁 桜ゼリー 	<p>24</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん 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>25</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん 若鶏の唐揚げレモンしょうゆかけ 花野菜のイタリアンソテー コンソメスープ 	<p>26</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん さばのみそ煮 れんこん入りきんぴら 米粉めん入りすまし汁



デザート 行事食や栄養素を補うため週1~2回出ます。

牛乳 毎日付きます (ショアがつく日に岩手県の湯田牛乳で作られています。が、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 (副菜)、汁ものを基本に。地産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。

めん類 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、乱暴に扱っている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。

<学校給食の栄養>

エネルギー(基準)

小学校低学年・・・530kcal
 中学年・・・650kcal
 高学年・・・780kcal 中学生・・・830kcal



お椀 813円/枚
 お椀 873円/枚
 丼ぶり 1520円/枚

食器も大切に使うね!

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

●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

◆◆ 牛乳は毎日付きます。牛乳のかわりにシ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1~4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。

<こんなことに気をつけています！>

<p>栄養バランス</p>	<p>おいしく魅力ある献立作り</p>	<p>行事食や郷土料理の伝承</p>
<p>旬の食材や地場産物の活用</p>	<p>食品の安全性</p>	<p>衛生的な調理</p>

<給食費について>

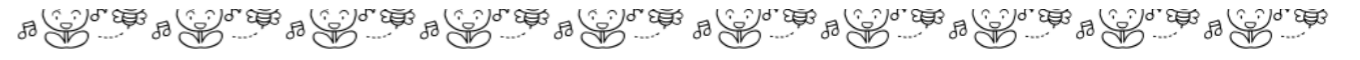
【1食単価】 小学校：270円 中学校：300円

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30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いたします。



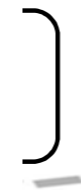
www.ck12.org



るよ～☆

外)
ます。
「。

はず
元で
ぶり



って
るよ

う!

内付

ろし

;

