

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
はじまるよ～☆

<中仙学校給食センターの給食>

月	火	水	木	金
6 ・ごはん ・さばのみそ煮 ・肉じゃが ・米粉めん入りすまし汁	7 ・豚丼 ・むぎごはん ・豚肉の甘辛炒め ・中華なめこスープ ・すだちゼリー ・ショアブレン	8 ・ごはん ・いわしオレンジ煮 ・高野豆腐の五目煮 ・大根のみそ汁	9 ・ごはん ・豚肉のみそ焼き ・野菜とちくわの炒めもの ・まいたけのすまし汁	10 ・ごはん ・さっぱり豆腐バーグ ・ベーコンと白菜の炒めもの ・スービーレー ・ABCスープ
13 ・ごはん ・あじしモンしょうゆ煮 ・れんこん入りきんぴら ・じゃがいものみそ汁	14 ・むぎごはん ・ポークカレー ・かぶの温野菜 ・バックドレッシング(イタリアン) ・日向夏のゼリー	15 ・ごはん ・ふくら肉だんご2コ ・キャベツの煮びたし ・もやしのみそ汁	16 ・ごはん ・いかメンチカツカレー味 ・茎わかめの炒め煮 ・ごぼうのみそ汁	17 ・ごはん ・めばるの塩こうじ焼き ・切り干し大根とあさりの炒め煮 ・パンダなるとすまし汁 ・焼き桜もち きょういわこんだて 今日はお祝い献立です。
20 ・ごはん ・チーズインハンバーグ ・キャベツとエリンギのソテー ・さつまいものみそ汁	21 ・肉そぼろ丼 ・むぎごはん ・肉そぼろ炒め ・けんちん汁 ・いよかんゼリー	22 ・ごはん ・野菜の春巻き ・マーボー豆腐 ・もずくと糸かまぼこのスープ	23 大仙市教職員研究会 おまがせんぼくきょういけんきゅうかい 大曲仙北教育研究会	24 ・オレンジパン ・ Grillチキン ・野菜たっぷりナポリタン ・ポパイスープ
27 ・ごはん ・枝豆しゅうまい (小2コ、中3コ) ・酢豚風炒め ・ワンタンスープ塩味	28 ・むぎごはん ・チキンカレー ・キャベツの温野菜 ・バックドレッシング(醬しそ) ・ミルクコーヒー	29 昭和の日	30 ・ごはん ・若鶏の唐揚げ甘酢しょうゆ ・ハムとチンゲンサイの炒めもの ・豆腐とりのりのみそ汁	

◆◆ 牛乳は毎日つきます。ジョアがつく日は牛乳はありません。◆◆

※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願いたします。

学校給食では、安全や衛生に配慮し、栄養バランスのとれた食事を提供することで、成長期の心と体の発達を支えていきたいと思ひます。1年間よろしく願いたします。

おいしい給食をお届けします



<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。

- 今月の
中仙・大仙市産 ●エリンギ ●キャベツ ●にんじん ●大根 ●ほうれんそう ●冷凍大豆 ●冷凍枝豆 ●冷凍大根おろし ●冷凍かぼちゃ ●冷凍小松菜 ●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

★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。

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(ジョアが付く日以外)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
 - お椀 873円/枚
 - 丼ぶり 1520円/枚

食器も大切に
使おうね!

<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



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、食料の購入のみに使用しており、光熱費、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)に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。《口座振替で引き落としにならなかった場合、再引き落としはありません。納付書を送付いたしますので、納付書による納付をお願いいたします。》

また、令和元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願いたします。