

給食だより

宮城県立迫支援学校
～4月号～

御入学・御進級おめでとうございます。新しい学校、新しい学年、子どもたちは期待と不安を胸にいただいていることでしょう。そんな子どもたちを応援し、心と体の健やかな成長を支えていくために、安心安全でおいしい給食を作っていきたいと思います。

給食がはじまります！

本校の給食は、下記のような内容で提供しています。

主食 ★★★★★★		主菜 	
ごはん 	【月・火・金】と【隔週水曜日】はごはんの日です。 宮城県産のひとめぼれを使用し、白ごはん、麦ごはん、混ぜ込みごはんなど多彩なメニューを提供します。また、つや姫やだて正夢が登場する日もありますので、お楽しみに！	主菜	子どもたちの体づくりに欠かせないたんぱく質を多く含んだ肉、魚、卵を焼き物、煮物、揚げ物など様々な調理法で提供します。
パン 	毎週【木曜日】はパンの日です。 食パン、コッペパン、ミルクパン、米粉パン、チーズパンなど様々なパンを提供します。	副菜・汁物 	子どもたちが元気いっぱい過ごせるよう、ビタミン・ミネラル豊富な旬の野菜や海藻類など宮城県内産の食材を中心に使用し提供します。
めん類 	隔週【水曜日】はめんの日です。 人気のラーメンをはじめ、うどんやスパゲッティーなど多様なメニューを提供します。	デザート 	デザートは週2～3回程度登場します。果物やゼリー、手作りデザートも提供します。
		牛乳 ★★★★★★ 	成長期の子どもたちに欠かせないたんぱく質とカルシウムが豊富な牛乳は毎日つきます。

★主食は、祝日や行事食等により提供する曜日が異なることがあります。主菜、副菜、汁物、デザートは、納品状況や収穫状況等により使用する食材や献立を一部変更する場合があります。あらかじめ御了承ください。

まずは一口☆ ～はじめましての1ヶ月です！～

はじめての学校、新しい友達、環境の変化から食が進まないことは誰にでもあることです。さらに、苦手なメニューや食べたことがない食材だけではなく、御家庭の味とは違う【食べ慣れない味】でもあります。完食だけを目指さず、「はじめての料理にも一口チャレンジ！」の気持ちで、迫支援の味を知ってほしいと思います。

新しい味、香り、食感など、給食を通して子どもたちの食経験が大きく広がっていくよう、調理員5名と共に心を込めて作ります！



令和4年度



4月 よていこんだてひょう



今月のめあて みんなと楽しく食べよう

宮城県立迫支援学校

日曜	献立名	あかのしょくひん	きのしょくひん	みどりのしょくひん	1食当量(kcal)		
		ちにくほねほ 血や肉、骨や歯になる	ねつちから 熱や力になる	からだちよし 体の調子を整える	たんぱく質(g)	脂質(g)	食塩相当量(g)
					小学部	中学部	高等部
11月	麦ごはん ポークカレー 海藻サラダ きのこスープ さくらゼリー 進級入学 お祝い給食	牛乳,豚肉,チーズ,かいそう,わかめ,ツナ	米(ひとめぼれ),米粒麦,あぶら,じゃがいも,ごま,三温糖	にんじん,たまねぎ,キャベツ,ぶなしめじ,えのきたけ,しいたけ,ほうれんそう,りょくとうもやし	645	756	751
12月	ごはん 鮭の塩焼き 野菜とがんもの煮物 わかめと豆腐の味噌汁	牛乳,しるさけ,がんもどき,わかめ,木綿豆腐,仙台みそ	米(ひとめぼれ),じゃがいも,三温糖	たけのこ,にんじん,しいたけ,ごぼう,きぬさや,だいこん,たまねぎ	536	718	707
13月	ごはん 豚キムチ炒め パンバンジーサラダ ゆばの中華スープ ヨーグルト	牛乳,豚肉,仙台みそ,鶏肉,ゆば,ヨーグルト	米(ひとめぼれ),あぶら,三温糖,ごま	たまねぎ,にら,根深ねぎ,にんじん,はくさい,りょくとうもやし,キャベツ,きゅうり,たけのこ,サヤエンドウ,しいたけ	583	730	718
14月	食パン / いちごジャム 肉団子 ブロッコリーの磯マヨ和え コーンポタージュ	牛乳,豚肉,のり,	パン,マヨネーズ	いちご,ブロッコリー,カリフラワー,にんじん,とうもろこし,たまねぎ	610	794	780
15月	ごはん 塩麹チキンカツ / ソース まめまめサラダ 油麩入り根菜汁 デコポン	牛乳,だいず,ひよこ豆,プロセスチーズ,鶏肉	米(ひとめぼれ),あぶら,油麩	えだまめ,とうもろこし,にんじん,だいこん,ごぼう,根深ねぎ	618	787	773
18月	ごはん いわしの梅煮 かみかみサラダ はっと汁 お米でスイートポテト いい歯の日給食	牛乳,いわし,さきいか,鶏肉	米(ひとめぼれ),ごま,ごま油,三温糖,薄力粉	だいこん,にんじん,きゅうり,ごぼう,根深ねぎ,しいたけ	626	785	774
19月	ごはん タンダーチキン ポテトサラダ 春キャベツの野菜スープ	牛乳,鶏肉,ヨーグルト,ロースハム,プロセスチーズ	米(ひとめぼれ),三温糖,じゃがいも,マカロニ,マヨネーズ	みずな,キャベツ,たまねぎ,にんじん,ぶなしめじ	568	727	712
20月	ミートソーススパゲッティ ミルク(ココア) ブロッコリーサラダ わかめスープ	豚ひき肉,ナチュラルチーズ,牛乳,わかめ,絹ごし豆腐	スパゲッティ,オリーブ油,あぶら	にんじん,たまねぎ,青ピーマン,トマト,ブロッコリー,カリフラワー,とうもろこし,根深ねぎ,しいたけ	592	733	711
21月	ココアパン さけのマヨネーズ焼き ビーフンと野菜のソテー かぶのスープ	牛乳,しるさけ,ナチュラルチーズ,豚ベーコン	パン,マヨネーズ,ビーフン,あぶら	たまねぎ,キャベツ,りょくとうもやし,青ピーマン,にんじん,かぶ,小松菜,とうもろこし	637	828	815
22月	ごはん 伊豆沼ポークのしょうがやき 特製ひじきサラダ レタススープ ボンデーナツ(チョコ)	牛乳,伊豆沼ポーク,鶏肉	米(ひとめぼれ),三温糖,ごま	にんじん,レタス,たまねぎ,赤ピーマン	622	728	723
25月	ごはん さわらの照り焼き うの花(おからいり) 白菜味噌汁 ぶどうゼリー	牛乳,さわら,おから,さつま揚げ,木綿豆腐,あぶらあげ,仙台みそ	米(ひとめぼれ),あぶら,しらたき,三温糖	にんじん,ごぼう,はくさい,根深ねぎ,キャベツ,えのきたけ	550	745	733
26月	ごはん 油淋鶏/特製ねぎソース ブロッコリーのごまみそ和え はるさめスープ	牛乳,仙台みそ,豚ベーコン,鶏肉	米(ひとめぼれ),あぶら,三温糖,ごま油,ごま,マロニー	根深ねぎ,ブロッコリー,カリフラワー,にんじん,とうもろこし,チンゲンサイ,はくさい,たまねぎ,しいたけ	631	837	820
27月	ごはん 油入り肉じゃが いんげんのおかかあえ なめこ汁 バナナ	牛乳,豚肉,かつおぶし,木綿豆腐,仙台みそ	米(ひとめぼれ),あぶら,じゃがいも,しらたき,あぶら,三温糖	にんじん,たまねぎ,しいたけ,グリーンピース,りょくとうもやし,なめこ,だいこん,はくさい,根深ねぎ,バナナ	596	754	740
28月	横割り丸パン ハンバーグ(ケチャップ,スライスチーズ) 春キャベツのコールスローサラダ オニオンスープ	牛乳,スライスチーズ,豚ベーコン,豚肉	パン	キャベツ,きゅうり,にんじん,とうもろこし,たまねぎ,えだまめ	600	778	770

◎牛乳は、毎日つきます。また、材料購入などの都合で献立を変更することがあります。あらかじめご了承ください。

※【小学部】は小学部・中学部の栄養価を表示しています。

