

給食だより

宮城県立迫支援学校
～4月号～

入学・進級おめでとう!

いよいよ新学期が始まりました。新しい学年での一年は、どんな一年になるのでしょうか……。これからの毎日がとても楽しみです。

今年度の給食は、4月10日(火)から始まります。今年度もみなさんに喜んでもらえるような、安全でおいしい給食を作っていきたいと思っておりますので、よろしくお願いいたします。

<こんな献立内容です!!>



牛乳

... 成長期の子供たちに必要なカルシウムたっぷりの牛乳は、給食がある日は毎日ついています!!

ごはん

... 月・火・金曜日の主食はごはんです。学校で炊いた、炊きたての『宮城県産ひとめぼれ』です。白ごはんだけでなく、栄養たっぷりの麦ごはんや、みんなが大好きな炊き込みごはんなどもできます。

1人あたりの米の平均使用量は、小学部70g、中学部・高等部100gです。

めん

... 水曜日の主食はめんです。うどん・ラーメン・焼きそば・スパゲティなど、様々な種類のめんの献立が登場します。

パン

... 木曜日の主食はパンです。食パン・コッペパン・米粉パン・チーズパン・ココアパンなど、いろいろな種類のパンがあります。

副食(おかず)

... 煮物・揚げ物・炒め物・焼き物・和え物・汁物・・・和風・洋風・中華風・・・バラエティに富んだ組み合わせで、家庭的な手作り料理を心掛けています。食材はできるだけ国産を使用するようにし、安全で安心な給食の提供に努めています。

※行事食の関係で、献立内容が上記と異なる場合がありますので、ご了承ください。



献立表の裏面に、毎月『給食だより』を載せます。季節の話題や、給食での出来事などをご家庭にお知らせしたいと思っておりますので、献立表だけでなく『給食だより』も、どうぞご覧ください。

また、迫支援学校の給食をよく知っていただくために、今年度も『保護者給食試食会』を行う予定(10月)ですので、ぜひご参加ください。

平成30年度

4月こんだてよていひょう

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	主 食	献 立 名	赤の食品	緑の食品	黄の食品	栄 養 量			
				血や肉になる	体の調子を整える	熱や力になる	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 質 (g)	糖 分 (g)
10	火	ごはん (のりたま)	えびフライ、ブロッコリーサラダ 豆腐のすまし汁、お祝いクレープ	牛乳・えび・豆腐	ブロッコリー・きゅうり・だいこん	ごはん・油・クレープ	669	23.6	23.0	2.8
				なると	にんじん・長ねぎ・たまねぎ		787	26.1	25.2	3.4
11	水	みそラーメン	きゅうりとメンマのラー油漬 バナナ	牛乳・豚肉・みそ	キャベツ・にんじん・たまねぎ	中華麺・油・ごま	583	25.2	12.3	3.8
					もやし・にら・長ねぎ・コーン		699	30.5	13.6	4.8
12	木	食パン (いちごジャム)	オムレツ、エリンギとパプリカのソテー ABCスープ、ヨーグルト	牛乳・鶏卵・ベーコン	エリンギ・パプリカ・たまねぎ	パン・ジャム・さとう	547	25.0	16.3	2.9
				えび・ヨーグルト	にんじん・コーン・パセリ	油・マカロニ	698	31.2	19.9	3.9
13	金	ホークカレー (福神漬け)	グリーンサラダ オレンジ	牛乳・豚肉	にんじん・たまねぎ・グリーンピース	ごはん・じゃがいも・油	682	19.7	22.6	3.9
					キャベツ・きゅうり・ブロッコリー	カレールー・ドレッシング	840	23.4	27.2	4.9
16	月	ごはん	いわしの梅煮、小松菜のおひたし わかめ汁、キウイ	牛乳・いわし・かつお節	小松菜・もやし・にんじん	ごはん	573	26.0	15.7	2.4
				豆腐・わかめ・みそ	だいこん・長ねぎ・キウイ		666	28.2	16.4	3.0
17	火	五目ごはん	ささかまの磯辺揚げ、ひじきのいり煮 油麩のみそ汁	牛乳・鶏肉・油揚げ	にんじん・たけのこ・しいたけ	ごはん・油・さとう	599	26.0	19.2	3.2
				ささかま・ひじき	絹さや・長ねぎ	小麦粉・じゃがいも・油麩	706	29.7	21.1	4.1
18	水	きつね うどん	ほうれん草のツナあえ さくらのゼリー	牛乳・油揚げ・鶏肉	にんじん・もやし・長ねぎ	うどん・さとう・ごま	543	24.7	17.4	3.5
				なると・ツナ	ほうれん草・豆もやし	ゼリー	653	29.9	20.4	4.8
19	木	コッペパン	伊豆沼ウインナー(ケチャップ&マスタート) コールスローサラダ、クラムチャウダー	牛乳・ウインナー・あさり	にんじん・キャベツ・コーン	パン・ドレッシング	671	24.9	31.3	5.1
				ベーコン	たまねぎ・グリーンピース	じゃがいも	835	30.2	36.4	6.5
20	金	麦ごはん	八宝菜、春雨の中華あえ たまごスープ	牛乳・豚肉・えび・いか	はくさい・たけのこ・たまねぎ	ごはん・麦・さとう・油	613	28.1	15.9	2.5
				うずら卵・鶏卵	にんじん・絹さや・しいたけ	でんぶん・春雨・ごま	752	34.4	18.5	3.2
23	月	ごはん	肉団子、和風サラダ なめこ汁、オレンジ	牛乳・豚肉・鶏肉	ほうれん草・きゅうり・にんじん	ごはん・油・さとう	579	19.8	17.8	2.4
				わかめ・豆腐・みそ	コーン・なめこ・だいこん		724	24.0	22.0	3.4
24	火	麦ごはん (のりの佃煮)	ホッケの塩焼き、切干大根の煮物 じゃがいものみそ汁	牛乳・ホッケ・さつま揚げ	にんじん・絹さや・しいたけ	ごはん・麦・さとう・油	560	25.2	13.7	3.6
				豆腐・油揚げ・みそ	たまねぎ・長ねぎ	じゃがいも	681	29.9	15.4	4.6
25	水	ソース焼そば	チンゲン菜の香味あえ 杏仁豆腐	牛乳・豚肉	にんじん・ピーマン・キャベツ	中華麺・油・ごま	593	19.1	17.7	4.0
					もやし・たまねぎ・たけのこ	さとう・杏仁豆腐	726	22.6	20.7	5.2
26	木	ココアパン	白身魚フライ、チキンサラダ トマトスープ	牛乳・ホキ・鶏肉	キャベツ・きゅうり・にんじん	パン・油・さとう	594	27.8	22.2	2.6
				ベーコン・大豆	セロリ・たまねぎ・パセリ	じゃがいも・バター	767	34.8	27.5	3.5
27	金	油麩丼	筑前煮 もずく汁	牛乳・鶏卵・鶏肉	しいたけ・みつば・ごぼう	ごはん・さとう・油麩	611	24.0	17.2	2.5
				もずく・豆腐・みそ	れんこん・にんじん・絹さや	里芋・油	751	29.0	20.1	3.3

◎牛乳は、毎日つきます。

◎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。

入学・進級おめでとう

平成30年度が始まりました。新しい学年、新しい先生方や新しい友達……。どんな一年になるのか、ちょっぴりドキドキ・ワクワクしますね。

今年度の給食は、4月10日(火)からスタートします。今年度も、みなさんに喜んでもらえるような、おいしい給食作りに努力していきたいと思っておりますので、一年間よろしくお願いいたします。



～給食時に使う食具をお預かりすることができます！！～

学校には様々な種類の食具がありますが、給食の時に使うお子さんのスプーンやフォーク、カップなどを、給食室でお預かりすることができます。

お子さんの発達段階に合わせた、お手持ちの食具を学校で使わせたいという希望があれば、担任の先生にお話してください。

その際、洗浄消毒の都合がありますので、材質(シリコン樹脂、プラスチックなど)や耐熱温度を知らせていただくと助かります。

