

## 入学・進級おめでとう！

全員そろっての給食開始はもう少し先のことになりそうですが……。今年度もみなさんが喜び、安全でおいしい給食を作っていきますので、よろしくお願いします。

### <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きます。今年度から赤いパックの『雪印メグミルク』の牛乳になります。

#### 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。文部科学省では、地場産物の活用や米飯給食の充実を進めているため、本校でも今年度から『ごはん』の日を増やすことになりました。月に何回か水曜日にも主食がごはんの日があります。

#### 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。

#### め ん

… 今年度から月2回程度、水曜日の主食がめんになります。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。

#### 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、ご承知願います。

### ～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、給食のとき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ご希望があれば、担任にお話ください。その際、洗浄消毒の都合がありますので、材質（ステンレス、シリコン樹脂、プラスチックなど）や耐熱温度をお知らせ願います。なお、衛生管理上『食具は、できるだけ耐熱温度 100 度以上で熱風消毒が可能な材質のものを』と指導を受けておりますので、新たに購入の際はご確認ください。



令和2年度

4月21日(火)～5月1日(金)

よていこんだてひょう

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	小学部	中学部	高等部
			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)
4/21	火	ごはん	春巻き、チンゲン菜の香味あえ 春雨スープ、りんご	牛乳・豚肉・ベーコン わかめ	チンゲン菜・にんじん・豆もやし 長ねぎ・りんご	ごはん・油・さとう ごま	638	789
22	水	ソース 焼きそば	(ミルクコーヒ)、きゅうりとメンマのラー油漬 ヨーグルト	牛乳・豚肉・ヨーグルト	にんじん・ピーマン・キャベツ・もやし 中華麺・油・ごま	581	691	727
23	木	丸パン (スライスチーズ)	ハンバーグ、シーザーサラダ コンソメスープ	牛乳・チーズ・豚肉・鶏肉 ベーコン	キャベツ・きゅうり・パプリカ・にんじん たまねぎ・パセリ	602	744	758
24	金	ホーカリー (福神漬)	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 キャベツ・ブロッコリー・きゅうり・コーン	25.7	30.3	30.5
27	月	麦ごはん (味付のり)	鮭の塩焼き、豆もやしの煮物 切り麩汁	牛乳・のり・鮭・さつま揚げ 豆腐・みそ	豆もやし・にんじん・しいたけ だいこん・長ねぎ	562	668	700
28	火	ごはん	八宝菜、ブロッコリーの中華あえ ワンタンスープ、冷凍パイ	牛乳・豚肉・えび・うずら卵 いか・鶏肉	はくさい・たけのこ・たまねぎ・にんじん 絹さや・しいたけ・ブロッコリー	618	754	800
30	木	食パン (いちごジャム)	メンチカツ、フレンチサラダ クラムチャウダー	牛乳・豚肉・ツナ あさり・ベーコン	キャベツ・きゅうり・にんじん・コーン たまねぎ・グリーンピース	659	834	852
5/1	金	ごはん	豆腐ハンバーグ、小松菜の梅あえ もずく汁、オレンジ	牛乳・豆腐・ささかま・わかめ もずく・豆腐・みそ	小松菜・きゅうり・だいこん・えのき 長ねぎ・にんじん・オレンジ	570	686	721

◎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。

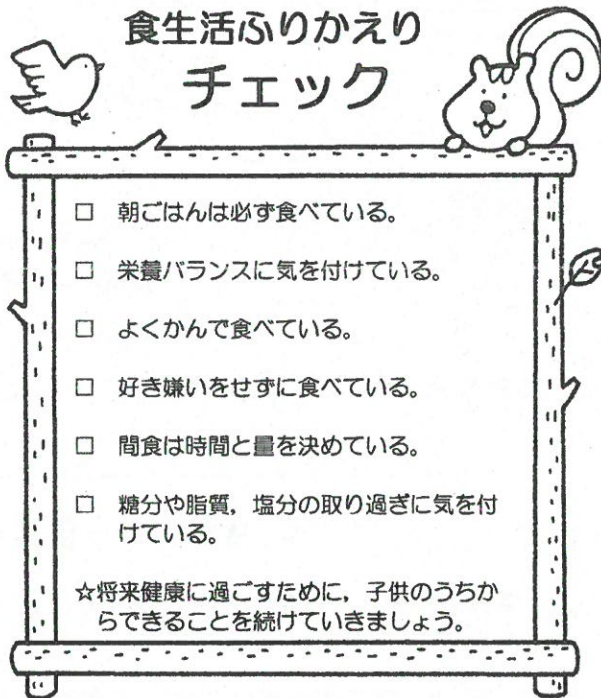
※『小学部』は、小学部・中学部の栄養価を表しています。



朝ごはんを食べると



食生活ふりかえり  
チェック



～献立表の裏面に『給食だより』を載せていますので、どうぞご覧ください～

