

## 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9日（火）から始まります。今年度もみなさんが喜ぶ、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！！

#### 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 90g、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。水曜日を心待ちにしている人は多いですね。

#### 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、ご承知願います。



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、本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31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	主 献 立 名	赤の食品 血や肉になる	緑の食品 体の調子を整える	黄の食品 熱や力になる	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 塩分(g)		
					小学部	中学部	高等部
9 火	ごはん (のりたま)	えびフライ、ほうれん草のツナあえ 花麩のすまし汁、お祝いゼリー	ほうれん草・もやし・にんじん・えのき みつば	ごはん・油・さとう・ごま 花麩・ゼリー	650 23.8 19.5 2.5	761 27.4 21.5 2.9	793 28.3 21.9 2.9
10 水	しょうゆ ラーメン	こんにやくとシナチクの炒め煮 バナナ	キャベツ・にんじん・たまねぎ・もやし 長ねぎ・いんげん・バナナ	中華麺・油・さとう	572 23.7 12.5 3.4	686 28.3 14.0 4.4	719 30.0 14.3 4.6
11 木	食パン (いちごジャム)	オムレツ、ごぼうサラダ あさりのスープ	牛乳・鶏卵・ツナ・あさり 小松菜	パン・ジャム・さとう・ごま マヨネーズ	540 19.4 23.6 3.0	699 24.5 29.8 4.1	715 24.8 30.7 4.4
12 金	ホークカレー (福神漬)	三色サラダ オレンジ	牛乳・豚肉 にんじん・たまねぎ・グリーンピース ブロッコリー・パプリカ・オレンジ	ごはん・油・じゃがいも カレールウ・ドレッシング	684 20.3 22.6 3.9	845 24.4 27.2 4.9	895 25.5 28.6 5.2
15 月	ごはん	さばのみそ煮、大豆とひじきの煮物 油麩のみそ汁、キウイ	牛乳・さば・みそ・ひじき 大豆・油揚げ	ごはん・油・さとう・油麩	614 24.7 20.3 2.1	718 27.3 22.0 2.5	749 28.3 22.5 2.7
16 火	麦ごはん	マーボー豆腐、春雨の中華あえ ワンタンスープ	牛乳・豆腐・豚肉・みそ・鶏肉 にんじん・にら・長ねぎ・しいたけ たけのこ・豆もやし・キャベツ	ごはん・麦・油・でんぶ さとう・ごま・ワンタン	610 23.2 17.8 2.5	756 28.1 20.8 3.3	801 29.4 21.5 3.4
17 水	五目うどん	ささかまの磯辺揚げ ブロッコリーのおかかあえ、さくらのゼリー	牛乳・鶏肉・油揚げ・なると ささかま・かつお節	うどん・油・ゼリー	583 29.5 18.1 4.2	676 34.0 19.9 5.3	708 35.7 20.5 5.5
18 木	丸パン (スライスチーズ)	ハンバーグ、シーザーサラダ ABCスープ	牛乳・チーズ・豚肉・鶏肉 えび	パン・さとう・ドレッシング マカロニ	616 28.6 26.8 3.5	764 34.1 30.7 4.5	775 34.5 31.0 4.7
19 金	ごはん (味付のり)	鮭の塩焼き、切干大根の煮物 じゃがいものみそ汁	牛乳・のり・鮭・さつま揚げ 豆腐・油揚げ・みそ	ごはん・油・さとう じゃがいも	548 25.7 13.1 1.7	668 30.8 14.7 2.3	701 31.6 15.2 2.4
22 月	麦ごはん	肉団子、きゅうりの中華あえ もやしのみそスープ、ヨーグルト	牛乳・豚肉・鶏肉・わかめ ヨーグルト	ごはん・麦・油・さとう ごま	589 20.4 16.4 2.8	727 24.3 20.2 3.8	757 25.0 20.5 3.9
23 火	ひじき ごはん	五目玉子焼き、小松菜のおひたし 豆腐のすまし汁、オレンジ	牛乳・ひじき・鶏肉・油揚げ 鶏卵・かつお節・豆腐	ごはん・さとう	563 23.4 16.5 2.3	662 26.9 17.6 2.9	695 27.8 18.1 3.0
24 水	ソース 焼きそば	カレーロール、大根サラダ 杏仁豆腐	牛乳・豚肉 にんじん・ピーマン・もやし・キャベツ たまねぎ・たけのこ・だいこん	中華麺・油・さとう・ごま	732 22.3 26.5 4.7	867 25.8 29.5 5.9	911 27.0 30.5 6.3
25 木	コッペパン (ブルーベリー＆マーガリン)	白身魚のフライ、フレンチサラダ ホワイトシチュー	牛乳・ホキ・ツナ・鶏肉 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	パン・ジャム・マーガリン ドレッシング・じゃがいも	746 29.0 33.3 4.4	945 36.2 40.5 5.8	973 37.2 41.9 6.1
26 金	親子丼	里芋のそぼろ煮 わかめ汁、ブルーベリーゼリー	牛乳・鶏肉・鶏卵・豚肉 わかめ・豆腐・みそ	ごはん・さとう・里芋 油・でんぶ	658 26.5 16.0 3.0	801 32.2 18.6 4.0	849 34.2 19.5 4.2

◎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・高等部の栄養価を表示しています。

## 入学・進級おめでとう

平成31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。

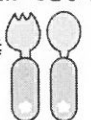
今年度の給食は、4月9日(火)からスタートします。今年度も、みなさんが喜ぶおいしい給食作りをしていきますので、一年間よろしくお願いします。



### ～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。



～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～