

はくはくたより 4月

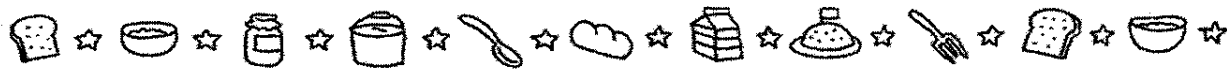
令和4年4月7日
小金井市立本町小学校
発行 給食室



御入学・御進級おめでとうございます。新しい学年がスタートし、わくわくドキドキしていることでしょう。今年度の給食は8日（1年生は21日）からスタートします。

本町小では、校内の給食室で心をこめて、約600人分の給食を作っています。だしは削り節や昆布からとります。カレーやシチューに使うルウは、小麦粉や油、スパイスなどを使って調理員が作ります。ハンバーグやぎょうざなどもひとつひとつ形を作ったり、包んだりし、手作りしています

今年度も引き続きコロナ感染症対策をしながらの給食時間になりますが、給食の時間を待ち遠しく思ってもらえるような、安全でおいしい給食を提供できるようにがんばります。どうぞよろしくお願いたします。



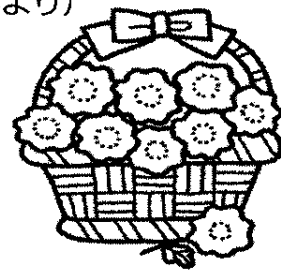
* 給食室のメンバー紹介 *

調理員・・・ 松田 利予 武江 華子

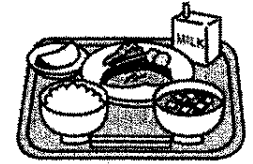
高野 由紀 (三小より) 福島 健 (三小より)

菊川 真里亜 柴田 さつき

丸山 芳己 (一小より)



学校給食について



学校給食とは

「学校給食法」に基づき、教育活動の一環として実施される

ものです。成長期にある児童生徒の心身の健全な発達のため、



栄養バランスのとれた食事を提供するとともに、望ましい食習慣と食に関する実践力を身につけさせるための重要な教材としての役割も担っています。

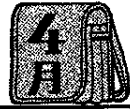
学校給食の目標

※「学校給食法」第2条より抜粋・要約

<p>1 適切な栄養の摂取による健康の保持増進。</p>	<p>2 食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営む判断力や望ましい食習慣を養う。</p>	<p>3 明るい社会性と協同の精神を養う。</p>
<p>4 自然の恩恵への理解を深め、生命、自然を尊ぶ精神や環境の保全に寄与する態度を養う。</p>	<p>5 食生活が多岐にわたる人々の労働を支えられていることを理解し、感謝する。</p>	<p>6 伝統的な食文化を理解する。</p>
<p>7 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。</p>		

給食当番の衛生手ぶくろ

- 髪の毛が出ないように帽子をかぶる
- マスクで鼻と口をおおう
- 髪が長い人は結びましょう
- 手はせっけんできれいに洗う
- 清潔な白衣（エプロン）を身につける
- 爪は短く切っておきましょう
- 清潔なハンカチを用意する
- おなかの調子が悪い、吐き気がするなど、体調が悪い人は、当番を交代してもらってください。
- 白衣を床でたたんだり、食器や食缶を床に置いたりしないようにしましょう。



よていこんだてひょう



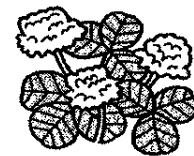
日	献立名	赤の仲間 血や肉になる		黄の仲間 熱や力の元になる		緑の仲間 体の調子を整える		1日 たんぱく質 量
8 金	ぎゅうにゆう カレーライス コールスローサラダ	とりにく	ぎゅうにゆう	こめ じゃがいも ごむぎ さとう	こめあぶら	にんじん たまねぎ にんにく しょうが セロリー キャベツ コーン		655 kcal 17.7 g 21.9 g
11 月	ぎゅうにゆう なめし あつあげと やさいのそぼろに けのじる(青森県)	とりひきにく なまあげ さつまあげ あぶらあげ こおり豆腐 みそ	ぎゅうにゆう	こめ おしむぎ さとう かたくり こんにやく	ごまあぶら ごま こめあぶら	ごまつゆ かぶのは にんじん きぬさや	だいこん たまねぎ たけのこ かぶ ごぼう ふき	568 kcal 21.5 g 18.3 g
12 火	ぎゅうにゆう やきそば カレービーンズ しらたまポンチ	ぶたにく だいず ウィンナー	ぎゅうにゆう あおのり	ちゅうかめん じゃがいも かたくり ゼリー しらたまだんご さとう	こめあぶら なたねあぶら	にんじん キャベツ たまねぎ まやし みかん		654 kcal 22.8 g 21.2 g
13 水	ぎゅうにゆう ごはん さわらのこみみやき もやしいため とうふのみそしる	さわら ぶたにく とうふ あぶらあげ みそ	ぎゅうにゆう わかめ	こめ	こめあぶら ごま	にんじん にら	ねぎ しょうが もやし えのき	597 kcal 26.9 g 19.8 g
14 木	ぎゅうにゆう キムチチャーハン ワンタンスープ きよみオレンジ	ぶたにく たまご とりにく	ぎゅうにゆう	こめ おしむぎ さとう かたくり ワンタンかわ	こめあぶら ごまあぶら	にんじん ごまつゆ	はくさい キムチ ねぎ グリーンピース はくさい もやし しょうが きよみオレンジ	592 kcal 19.6 g 20.7 g
15 金	ぎゅうにゆう とりごもくごはん やきししゃも はるきやべつのおひたし いもだんごじる(北海道)	とりにく あぶらあげ	ぎゅうにゆう ししゃも	こめ もちごめ こんにやく さとう じゃがいも かたくり	なたねあぶら こめあぶら	にんじん	ごぼう しいたけ キャベツ だいこん ねぎ	581 kcal 26.4 g 19.9 g
18 月	ぎゅうにゆう ごはん とりつくね じゃこやさい こまつなのみそしる	とりにく とうふ あぶらあげ みそ	ぎゅうにゆう ちりめんじゃこ	こめ パンこ こめ かたくり さとう	ごまあぶら こめあぶら	にんじん ごねぎ ごまつゆ	たまねぎ えのき しょうが キャベツ もやし コーン ねぎ	614 kcal 26.2 g 19.4 g
19 火	ぎゅうにゆう いわしのかばやきどん たくあん炒め おおびら(長野県)	いわし とうふ ちくわ	ぎゅうにゆう	こめ こめ さとう	なたねあぶら ごまあぶら ごま	にんじん ほうれんそう	しょうが もやし たくあん ねぎ えのき	621 kcal 25.8 g 18.0 g
20 水	ぎゅうにゆう カレーピラフ ポークビーンズ ひゅうがなつ	とりにく ウィンナー いんげんまめ レンズまめ ぶたにく	ぎゅうにゆう	こめ じゃがいも	こめあぶら	にんじん ピーマン	たまねぎ コーン エリンギ セロリー ひゅうがなつ	590 kcal 20.8 g 16.2 g

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる		黄の仲間 熱や力の元になる		緑の仲間 体の調子を整える		1日 たんぱく質 量
21 木	ぎゅうにゆう レモンシュガートースト コーンチャウダー カラマンダリンオレンジ	ウィンナー とりにく	ぎゅうにゆう なまクリーム	しよくパン さとう じゃがいも ごむぎ	マーガリン こめあぶら	にんじん パセリ	レモン コーン たまねぎ エリンギ しょうが がまがり	600 kcal 18.4 g 27.6 g
22 金	ぎゅうにゆう わかめごはん にくじゃが すましじる	ぶたにく あげポール とりにく とうふ かまぼこ	ぎゅうにゆう	こめ こんにやく じゃがいも さとう かたくり	ごま こめあぶら	にんじん いんげん みつば	たまねぎ だいこん しいたけ	597 kcal 24.1 g 14.1 g
25 月	ぎゅうにゆう セサミパン しろみざかなのグラタン ABCコロコロスープ	たら とりにく ベーコン	ぎゅうにゆう ビザチーズ	じゃがいも ごむぎ マカロニ	こめあぶら バター	にんじん	たまねぎ コーン にんにく キャベツ セロリー	628 kcal 29.1 g 28.0 g
26 火	ぎゅうにゆう だいずミートのスパゲッティ アスパラとウィンナーのソテー	ぶたにく だいず ウィンナー	ぎゅうにゆう チーズ	スパゲッティ さとう	オリーブオイル こめあぶら	パセリ にんじん ピーマン アスパラガス	にんにく セロリー たまねぎ キャベツ コーン	630 kcal 24.9 g 22.0 g
27 水	ぎゅうにゆう おやこどん わかたけじる ミニとうにゆうプリン	とりにく かまぼこ たまご とうふ	ぎゅうにゆう わかめ	こめ さとう かたくり こんにやく とうにゆうプリン	こめあぶら	みつば	たまねぎ しいたけ たけのこ ねぎ	641 kcal 27.6 g 19.5 g
28 木	ぎゅうにゆう ごはん さけのしおこうじやき うどのきんぴら とんじる	さけ ぶたにく とうふ あぶらあげ みそ	ぎゅうにゆう	こめ こんにやく さとう じゃがいも こんにやく	こめあぶら ごま	にんじん	うど だいこん ごぼう ねぎ	596 kcal 28.9 g 16.6 g

* 材料の都合により献立を変更することがあります。御了承ください。
 * 栄養表示は中学年のものです。低学年は×0.8倍、高学年は×1.2倍が目安です。
 * 太字の食材は小金井市産の地場産物を使用する予定です。
 * 小金井市の学校給食の食材の放射性物質に関する情報は、小金井市ホームページに掲載されていますので御覧ください。

* 1年生の給食は、21日から始まります。
 御家庭でも、白衣をたたむ練習をしたり、
 給食に関する話題をあげたりして
 いただけるとありがたいです。

* 給食当番で使用した白衣を週末に
 持ち帰りましたら、洗濯とアイロンがけをして
 翌週に必ず返却していただくよう、



給食費の引き落としについて
 4月分の給食費は、5月分とあわせて
 2か月分を5月に引き落としさせていただきます。
 前日までにご口座残高の御確認をよろしく願
 います。
 引き落とし日：5月17日(火)
 1年生 6,168円 2年生 8,738円
 3・4年生 9,452円 5・6年生 10,132円