

4月の献立

*幼稚園には、牛乳はつきません。

<p>元気いっぱいの1年生を迎え、新しい学年での生活がスタートしました。学校給食は、栄養バランスのとれた食事を友だちや先生といっしょに食べながら、心のふれあいの中で健やかな成長を願い、さらに大切な食文化、望ましい食習慣やマナー、社交性や助け合い、自然の恵みや働く人への感謝の気持ちを育むことを目標にしています。これからもきまりを守り、みんなで協力して、なかよく楽しい給食時間になるよう心がけていきましょう。</p>								6日(金)	
9日(月)		10日(火)		11日(水)		12日(木)		13日(金)	
牛乳 ごはん 肉じゃがコロッケ みかんサラダ もずく汁		牛乳 中華丼160 おまめのサラダ チーズ		牛乳 ごはん 鶏肉のから揚げ ひじきサラダ ワントンスープ		牛乳 ごはん 鮭の塩焼き キャベツの甘酢あえ 相性汁		牛乳 ごはん 春巻き カルちゃんサラダ 肉団子のスープ	
16日(月)		17日(火)		18日(水)		19日(木)		20日(金)	
牛乳 ごはん チキンビーンズ シーフードサラダ ヨーグルト		牛乳 ごはん ちくわの磯辺揚げ レモン和え 豚汁		牛乳 わかめごはん がんと野菜の煮物 もやしのナムル カットパイナップル		牛乳 ごはん 鶏肉のマーマレード焼き 小松菜のおかかあえ 豆腐の中華スープ (食育の日) 地場産物をしっかり使った献立です		牛乳 ごはん 魚の甘酢づけ ひじきの炒め煮 かきたま汁	
23日(月)		24日(火)		25日(水)		26日(木)		27日(金)	
牛乳 ごはん 和風ハンバーグ 切干大根のごま酢あえ じゃがいものみそ汁		牛乳 ごはん カレー肉じゃが キャベツのごま和え 揚げしゅうまい		牛乳 ごはん さばのごまみそ焼き ポテトサラダ 青梗菜のスープ		牛乳 ごはん 豆腐の中華風煮 ビーフンサラダ りんご		牛乳 たけのこごはん 小いわし天ぷら 小松菜とコーンのあえもの はんぺんのすまし汁	
※平均 主要栄養価	エネルギー 673 kcal	たんぱく質 26.4 g	脂質 20.1 g	カルシウム 343 mg	鉄 2.5 mg	食物繊維 4.0 g	食塩相当量 2.5 g	※平均主要栄養価の数値は、小学校4年生の食事量に相当する値です。	

4月給食だより

安芸高田市給食センター
平成24年4月

ご入学、ご進級おめでとうございます。春のうららかな陽気に包まれ、新年度が始まりました。今年度も安全でおいしい給食づくりに、スタッフ一同協力してがんばります。よろしくお願いいたします。

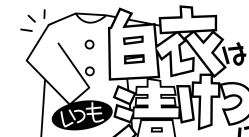
給食の準備をしっかりと食べよう!

給食というと食べることだけが頭に浮かぶかも知れませんが、給食は準備から後片付けまでを含めた時間をいいます。給食は、国語や算数(数学)のような授業の時間ではありませんが、大切なことをいろいろ学ぶ時間です。給食の準備をきちんと行なうことは、みんなが気持ちよく、おいしく食べるためにとても大切です。

※給食当番の人は、



- ・なるべく髪が出ないようにぼうしをかぶりましょう。
- ・マスクは鼻まであてましょう。



- ・きれいな白衣を着ましょう。



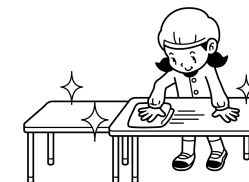
- ・体調は大じょうぶですか?



- ・手をきれいに洗いましょう。

※当番でない人も、

- ・食べる前の手洗いは、手についた見えないばい菌を洗い流します。かぜや食中毒予防のためにも必ず行ないましょう。



- ・テーブルや机の上をきれいにふきましょう。

手を洗おう



せっけんをつけてよく洗おう
指の間をよく洗おう
きれいなハンカチで手をふこう

給食でおなじみ!

メルルーサってどんな魚なの?

メルルーサは、昭和40年代頃から日本に輸入されるようになった新顔の魚で、アルゼンチンやニュージーランド付近、南西アフリカから南アフリカ沖などに分布しています。いろいろな品種がありますが、日本ではその仲間すべてがこの名前でもばれています。たとえば、「ニュージーランドヘイク」という品種は、300~900メートルの深海に生息し、体長は1メートルを超えるものもある大きな魚です。メルルーサは白身の食べやすい魚で、おもに切り身の冷凍品で普及しており、学校給食でもフライなどによく利用されています。

安芸高田市給食センターでは、20日に3100個の切り身を使って、「甘酢づけ」を作る予定です。



〈センター職員の紹介〉				
所長	柳川 知昭	栄養教諭	佐久間 有佳	
主査	内藤 麻妃	栄養士	正田 千晴	
		栄養士	岡本 徳美	
		栄養士	泉 清夏	
どうぞ、よろしくお願いいたします。				