

4月の献立

4月 給食だより

安芸高田市給食センター
令和8年(2026年) 4月

<p>☆平均栄養量☆ (小学校4年生の食事量に相当)</p> <ul style="list-style-type: none"> エネルギー 606kcal たんぱく質 27.3g 脂質 17.3g カルシウム 348mg 食物繊維 4.9g 食塩相当量 2.0g 		<p>8日(水)</p> <p>ハヤシライス 牛乳 大豆のサラダ</p>	<p>9日(木)</p> <p>ごはん 牛乳 鯖の香り焼き 小松菜とコーンの和え物 麩とえのきのみそ汁</p>	<p>10日(金)</p> <p>ごはん 牛乳 とりのから揚げ 青のりポテト A B C マカロニのスープ お祝いいちごゼリー</p>
<p>13日(月)</p> <p>ごはん 牛乳 厚揚げの味噌煮 はりはり漬け</p>		<p>14日(火)</p> <p>ごはん 牛乳 (小)さばの塩焼き (保幼中)味つけハンバーグ 切り昆布と大豆の炒り煮 のっぺい汁</p>	<p>15日(水)</p> <p>ごはん 牛乳 八宝菜 もやしのナムル</p>	<p>16日(木)</p> <p>ごはん 牛乳 はっすん 甘酢和え 手づくりふりかけ 【食育の日】</p>
<p>20日(月)</p> <p>ごはん 牛乳 チキンビーンズ アーモンドサラダ</p>	<p>21日(火)</p> <p>ごはん 牛乳 ホキのひとくち天ぷら 赤じそ和え 山菜うどん汁</p>	<p>22日(水)</p> <p>他人どんぶり 牛乳 じゃこ和え</p>	<p>23日(木)</p> <p>ごはん 牛乳 マスタードチキン アスパラガスのサラダ レタスのスープ</p>	<p>24日(金)</p> <p>ごはん 牛乳 マーボー豆腐 バンバンジー</p>
<p>27日(月)</p> <p>ごはん 牛乳 あさりのクリーム シチュー 豆と海藻のサラダ</p>	<p>28日(火)</p> <p>ごはん 牛乳 ししゃもの磯辺揚げ たけのこのピリ辛炒め 豚汁</p>	<p>29日(水)</p> <p>【昭和の日】</p>	<p>30日(木)</p> <p>ごはん 牛乳 高野豆腐の卵とじ 五色和え</p>	<p>※都合により、献立や食材を変更する場合がありますのでご了承ください。</p>

進級・入学お祝い献立♪

進級・入学おめでとうございます!

新年度が始まりました。今年度も、安心・安全でおいしい給食を、心を込めて届けます。どうぞよろしくお願いいたします。

今年度は、安芸高田市18施設(小学校7校、中学校6校、保育園・幼稚園5園) 約1,900人分の給食を作ります。



学校での食育 学校での食育は、6つの視点から進められています。学校給食も、この視点を大切にしながら、献立内容や様々な取組を充実させていきます。

食事の重要性

食べることの喜び、楽しさ、大切さを知る。

感謝の心

食べ物を大切にし、食事に関わっている人たちに感謝する。

心身の健康

栄養バランスのとれた食事を知り、よりよい食習慣にしていこうとする。

社会性

食事の準備や食事のマナーを守ることを通して、よりよい人間関係を築く。

食品を選択する能力

正しい知識をもとに品質や安全性、栄養面を考え、選ぶことができる。

食文化

地域の食べ物や行事食などの食文化を知り、大切にしようとする。

毎月19日の【食育の日】には、「広島県内の郷土料理」を取り入れた献立を計画しています。(都合により、実施日が前後することがあります。) あわせて、「安芸高田市内の地場産物」や、「給食センターのひみつ」についても、紹介していく予定です。



はっすん

はっすんは、広島県の郷土料理で、季節の野菜と肉や魚などを取り合わせて作った煮物です。

はっすんの「すん」は、昔の長さの単位で、盛り付ける器の大きさがはっすん(約24cm)のため、はっすんという名前がつけられました。祭りや正月など人が集まるときにおもてなしの料理として作られてきました。

アスパラガス

給食では毎年、安芸高田市でとれたアスパラガスが登場します。アスパラガスは、土の中からニョキニョキと伸びてきた茎を食べる野菜です。

今の時期にはえてくるものは、「春芽」と呼ばれ、太くて柔らかく、甘みも強いのが特徴です。