

4月献立表



見える所にはってね！
南丹市立日吉学校給食共同調理場

日・曜日	献立	材料			栄養価	
		(赤)	(黄)	(緑)	エネルギー	たんぱく質
		血・肉・骨になる	熱・力のもとになる	体の調子を整える	kcal	g
14・金	入学祝い献立 チキンライス 牛乳 ウィンナーと野菜のスープ フルーツポンチ	ぎゅうにゅう とりにく ウィンナー かつおぶし けずりぶし	★ごはん じゃがいも サラダあぶら	たまねぎ みかんかん にんじん パインかん グリーンピース ★キャベツ コーン おうとうかん ブロッコリー	813	27.1
17・月	お花見献立 ご飯 牛乳 パワーアップ丼 豆腐のスープ 桜ゼリー	ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★とうふ わかめ かつおぶし けずりぶし	★ごはん サラダあぶら さとう かたくりこ さくらゼリー	しょうが あおねぎ たまねぎ にんじん ★こまつな ★キャベツ コーン	823	34.1
18・火	若菜ご飯 牛乳 タラのカラフルマリネ みそけんちん汁	ぎゅうにゅう にぼし たきこみわかめ みそ スケトウダラ ★とうふ けずりぶし	★ごはん ごま サラダあぶら かたくりこ さとう ★しょうしんこ	にんじん はくさい ★みぶな だいこん たまねぎ あおねぎ パプリカ	789	29.9
19・水	お誕生月献立 小型パン ペンネアラボロネーゼ 牛乳 春キャベツのふわふわ卵スープ 清見オレンジ	ぎゅうにゅう ★ぶたにく たまご わかめ にぼし けずりぶし	コッペパン ペンネ かたくりこ サラダあぶら	たまねぎ ★キャベツ にんじん あおねぎ きよみオレンジ しょうが はたけしめじ グリーンピース	800	35.3
20・木	ご飯 牛乳 肉豆腐 おかか和え 韓国式味つけのり	ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★やきとうふ かつおぶし かんこくしきあじつけのり	★ごはん サラダあぶら いとこんにやく さとう	たまねぎ にんじん あおねぎ ★こまつな もやし	802	34.1
21・金	麦ご飯 アシドミルク ビーフカレー フレンチサラダ 福神漬	ぎゅうにゅう チーズ アシドミルク ハム	★むぎごはん じゃがいも はちみつ バター こむぎこ さとう	しょうが ★キャベツ にんにく ★みぶな ふくじんづけ たまねぎ にんじん りんご	874	24.2
24・月	ご飯 牛乳 鶏肉のオーロラソース ごま和え じゃがいものみそ汁	ぎゅうにゅう とりにく わかめ にぼし けずりぶし みそ	★ごはん かたくりこ サラダあぶら さとう ごま じゃがいも	しょうが たまねぎ にんにく あおねぎ もやし ★みぶな にんじん	883	33.1
25・火	ご飯 牛乳 サバのごまだれ焼き 大豆の磯煮 麩のみそ汁	ぎゅうにゅう にぼし サバ みそ ★だいた さつまあげ ひじき けずりぶし	★ごはん ごま サラダあぶら さとう かたくりこ こんにやく おつゆふ	ごぼう にんじん ★キャベツ たまねぎ あおねぎ	846	38.3
26・水	味つけパン 牛乳 フランクのカクテルソース ごまドレッシングサラダ 豆乳コーンスープ	ぎゅうにゅう フランクフルト ツナかん とうにゅう	あじつけパン さとう かたくりこ サラダあぶら ごま じゃがいも	★キャベツ にんじん ★みぶな コーン たまねぎ パセリ	886	29.8
27・木	ゆかりご飯 牛乳 じゃがいもと豚肉の炒め煮 うすくず汁	ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★とうふ かまぼこ けずりぶし かつおぶし	★ごはん じゃがいも かたくりこ おつゆふ さとう	たまねぎ しょうが にんじん あおねぎ ★キャベツ はたけしめじ さんどまめ	809	32.7

◎ ★印がついているのは、日吉町でとれた食材です。

◎ 献立内容は気候などの都合により変更になる場合があります。

◎ 平成29年度から、調理場毎の地域特色を大切にしながら、全市内一体感のある献立を実施しています。

4月献立表



見える所にはってね！
南丹市立日吉学校給食共同調理場

日・曜日	献立	材料			栄養価	
		(赤) 血・肉・骨になる	(黄) 熱・力のもとになる	(緑) 体の調子を整える	エネルギー kcal	たんぱく質 g
28・金	ご飯 牛乳 鶏肉のみたらし焼き レモン和え 玉ねぎのみそ汁	ぎゅうにゅう とりにく みそ にぼし けずりぶし	★ごはん さとう かたくりこ サラダあぶら おつゆふ	しょうが ★キャベツ もやし にんじん ★みぶな	レモン たまねぎ あおねぎ 	804 31.1



- ◎ ★印がついているのは、日吉町でとれた食材です。
- ◎ 献立内容は気候などの都合により変更になる場合があります。
- ◎ 平成29年度から、調理場毎の地域特色を大切にしながら、全市内一体感のある献立を実施しています。

♪ 4月に使用する主な食材の産地をお知らせします♪

米・壬生菜・小松菜・大豆・豆腐・焼き豆腐・豚肉(日吉)牛乳(京都府・大阪府・三重県・岡山県・愛知県・北海道・福岡県・滋賀県・熊本県・宮崎県)キャベツ(日吉・愛知県・愛媛県)青ねぎ(日吉・亀岡市)玉ねぎ(北海道・静岡県・鹿児島県)じゃがいも(北海道・鹿児島県・長崎県)人参(鹿児島県)にんにく(青森県)ブロッコリー(徳島県・愛媛県)白菜(福岡県・大分県)パプリカ(韓国)ごぼう(栃木県・宮崎県)パセリ(静岡県)大根(徳島県・滋賀県)しょうが(高知県)はたけしめじ(京丹波町)牛肉(京都府)鶏肉(鹿児島県)卵(京都府)サバ(九州)スケトウダラ(アラスカ) ※収穫時期や市場の入荷状況等により変更することがあります。



みなさん、ご入学・ご進級おめでとうございます。
新入生のみなさんも、在校生のみなさんも、これから始まる新しい生活に、期待とやる気で胸がいっぱいのことでしょう。その分、知らず知らずのうちに、ストレスがたまりやすい時期です。元気に学校生活を送れるように、1日3回の食事と、すいみんをしっかりと取りましょう。



みんなで力を合わせ、愛情こめて、おいしい給食作りがんばりますので、よろしくお願いします。

～衛生的で楽しい給食のために～



給食当番の人は、週末に白衣を持ち帰り、洗たくをしてもらいましょう。ボタンが取れたり、ゴムが切れていたら、補修してもらいましょう。アイロンを当てると、殺菌効果もあり、より衛生的に着られます。



ツメの中は、汚れがたまりやすい所です。当番の人も、当番以外の人でも深ツメにならない程度に、ツメを切っておきましょう。

給食クイズ

Q1 給食について、正しい説明には○、間違っている説明には×をつけましょう。

① 給食の前には手をしっかり洗う。

② 体の調子が悪くても、頑張って給食当番をする。

③好きな物だけ選んで食べる。

④栄養がバランスよく入っている。

⑤みんなで楽しく食べる。

⑥後片づけは給食当番がする。

⑦1時間以内で作られている。

Q2 次のうち、給食当番として正しい絵はどれでしょう？

① ② ③ ④

Q3 給食時間、Aくんは先生にいつも注意されてしまいます。どうしてだと思いますか？ Aくんの絵を見て、思いつく理由を書いてみましょう。

Q1: ①=○ ②=× (体調が悪い時は、先生に相談する。) ③=× (嫌いな物もひと口も食べるようにし、なるべく残さず食べる) ④=○ ⑤=○ ⑥=× (後片づけはみんなで行う) ⑦=× (朝8時ごろから昼まで、時間をかけて作られている) Q2: ③(きれいな白衣と帽子、マスクを身に付けて、トンブやしゃもじ、手袋を使ってよそう) Q3: ひじをついている。左手が机の上に出ている。おわんを持っていない。口に食べ物が入ったままおしゃべりしている。