きゅうしょくだより

いただきます

給食はじまりまーす!

令和７年　４月
第４向陽小学校

新年度になり、新しい学年での生活がスタートしました。
１～5年生は15日(火)から、１年生は18日(金)から給食が始まります。
今年度も、子ども達の健康と成長を支えるために、徹底した衛生管理を行い、栄養バランスを考えて安心・安全でおいしい給食を提供していきます。１年間よろしくお願いします。

牛乳

成長期に必要な栄養が多く含まれている牛乳は
毎日1本（200ml）つきます。農協牛乳を提供します。

副食

2~4品のおかずを作ります。
できるだけ旬の食材や、地域の食材を取り入れ、季節の味・素材の味を大切にするよう心がけています。
煮物・揚げ物・汁物・焼き物・和え物など、調理方法にも変化をつけています。

主食

★ごはん(週4回)
京都府産の米を使用し、学校で炊飯します。
混ぜごはんや炊き込みごはんもあります。
★パン(週1回・火曜日)
コッペパンのほか、味つきのパンなどがでます。

デザート

果物ものや手作りのゼリー、
カップケーキ、お団子などがつきます。

「小学校給食で使用する食器具について」

小学校給食で現在使用している強化磁器食器につきまして、軽くて壊れにくいPEN（ポリエチレンナフタレート）食器へ変更するとともに、新たに箸を導入する予定をしています。
令和7年度2学期から開始する予定で進めておりますが、詳細決定後にあらためてご案内いたします。

給食室のメンバー紹介

【調理員】　主任：河村　莉恵
他１３名
【栄養士】　吉田　千夏

給食は本校給食室で作ります。献立作成・発注は栄養士が担当します。栄養士が作成した指示書をもとに、調理をし、食器の洗浄をするのは、今年度もｼﾀﾞｯｸｽ大新東ﾋｭｰﾏﾝｻｰﾋﾞｽ(株)です。
心をこめて、安全でおいしい給食をつくります。
一年間よろしくお願いします。

学校給食の目標

一　適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。
二　日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。
三　学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。
四　食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。
五　食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。
六　我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。
七　食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。

◆給食の持ち物
・おはしは割りばしでなく、毎日きれいに洗ったものを持たせてください。
・食中毒予防のためにも、手ふき専用の清潔なハンカチを持ってきてください。

◆給食当番
・給食当番のときには必ずマスクを着用しますので、忘れずに持ってきてください。また、忘れたときのために、予備のマスクを何枚かかばんに入れておくようにしましょう。
・マスクを忘れた人には、不織布の予備マスクを貸し出しますので、新しいものを袋に入れて返却してください。
・週末にエプロンと帽子を袋に入れて持ち帰ります。きれいに洗って月曜日に持たせてください。その際、ボタンがとれていたり、ゴムが伸びていたりしたら補修のご協力をお願いします。

◆給食費について
・1食305円で、「公会計」方式により市から徴収しています。
（ただし、そのうち45円は市が負担するため、保護者負担額は年間260円×186食です。） 詳細は別途お知らせします。

◆長期欠席の返金について
・4日以上の長期欠席が事前に分かっている場合は、欠食4回目から返金がありますので、早めにお知らせください。
（事前の連絡がない場合は返金できませんので、ご了承ください。）

◆食物アレルギーについて
・入学時・転入時に食物アレルギー調査を実施していますが、年度途中でもご心配な点などがありましたら、必ず担任か栄養士までご相談ください。

世界の料理を味わおう！

4月～10月
毎月1回

2025年4月13日から10月13日まで「EXPO 2025大阪・関西万博」が開催されます。そこで乙訓地域の小中学校では、4月から10月までの間、万博の参加国の中から6つの国をテーマにした献立を、給食で提供します。どんな料理が出てくるかお楽しみに！毎月の給食だよりや献立表で料理や各国の食文化などを紹介する予定です。

「2025年大阪・関西万博」開催に伴い、4月から10月の給食では万博参加国の料理が登場します！

今月の世界の料理「スペイン」

献立　　パエリア

〈スペインってどんな国？〉
人口：約4700万人（日本の約5分の2）
面積：約50万㎢（日本の約1．3倍）
位置：ヨーロッパ南部
首都：マドリード
言葉：スペイン語
　（おいしい⇒Está rico（エスタ リコ））
特徴：大西洋と地中海に面している
　お昼に「シエスタ」という長い休憩がある
　特に人気のあるスポーツはサッカー

〈食文化〉
　米は野菜として位置づけられているため、主食のパンとパエリアを一緒に食べます。生産量が世界一のオリーブオイルはスペイン料理に欠かせない調味料です。料理には、にんにく、トマト、玉ねぎがよく使われます。家庭料理として、じゃがいも入りのスペイン風オムレツ「トルティージャ」がよく食べられます。
　食事は基本的に1日に5回で、朝・昼・夜の3食に加えて、午前と午後に日本のおやつのような間食をとる習慣があります。

4月　きゅうしょくこんだてひょう

日 （曜）	こんだて	赤の食品 体をつくる	黄の食品 エネルギーのもと	緑の食品 体の調子をととのえる	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
15 （火）	あじつけパン		パン		７２４ ２６．３
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	かしわのこはくあげ	とりにく	かたくりこ　あぶら	しょうが	
	やさいいっぱいスープ	ベーコン		にんじん　たまねぎ　キャベツ	
	フルーツゼリー		さとう	パインかん　みかんかん	
16 （水）	げんまいいりごはん		こめ　げんまい		５８３ ２１．８
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	マーボーどうふ	ぶたミンチ　とうふ　みそ	あぶら　さとう　ごまあぶら かたくりこ	しょうが　にんにく　たまねぎ にんじん　たけのこ ほししいたけ　にら	
	もやしとわかめのちゅうかサラダ	わかめ	ごまあぶら　さとう　ごま	もやし　にんじん　コーン	
17 （木）	たけのこごはん	あぶらあげ	こめ	たけのこ　にんじん	５５７ ２１．４
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	キャベツととりにくのみそいため	とりにく　みそ	あぶら	しょうが　にんにく　キャベツ ピーマン	
	にらたまスープ	ベーコン　たまご	じゃがいも	たまねぎ　にんじん　にら	
18 （金）	ビーフカレー	ぎゅうにく　スキムミルク こなチーズ	こめ　むぎ　あぶら　じゃがいも バター　こむぎこ	にんにく　しょうが　たまねぎ にんじん　セロリ　りんご	７０９ ２３．０
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	フルーツのヨーグルトあえ	ヨーグルト		パインかん　みかんかん	
21 （月）	わかめごはん	わかめ	こめ　むぎ		５９２ １９．３
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	きりぼしだいこんと じゃがいものにもの	ぶたにく	じゃがいも　こんにゃく　あぶら さとう	きりぼしだいこん　にんじん	
	キャベツのつるつるいため	ベーコン	マロニー　あぶら　さとう	キャベツ　にら	
22 （火）	こがたコッペパン		パン		６７９ ２６．０
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	スパゲティミートソース	ぎゅうミンチ　ぶたミンチ	スパゲティ　オリーブあぶら あぶら	パセリ　たまねぎ	
	やさいいため		あぶら	キャベツ　にんじん　もやし にら	

今月の万博メニュー　“スペイン”					
23（水）	パエリア	とりにく　ベーコン	こめ　あぶら	にんにく　にんじん　たまねぎ トマトかん　ピーマン	５５４ ２２．９
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	ＡＢＣスープ	ベーコン	マカロニ　あぶら	キャベツ　たまねぎ　にんじん コーン　パセリ	
	もやしとツナのソテー	ツナ	さとう　あぶら	にんじん　もやし	
24（木）	ごはん		こめ		５４２ ２４．７
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	とりにくのみそやき	とりにく　みそ	さとう	しょうが　ねぎ	
	たけのこのかかに	はなかつお	さとう	たけのこ	
	やさいのすましじる	わかめ		たまねぎ　キャベツ　にんじん えのきだけ	
25（金）	ごはん		こめ		７２８ ３０．８
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	さかなのあまずソースかけ	つばす	こむぎこ　かたくりこ　あぶら ごまあぶら　さとう	しょうが　ねぎ	
	だいずのいそに	だいず　ひじき	さとう		
	こまつなのみそしる	あぶらあげ　みそ	じゃがいも	こまつな	
28（月）	とりそぼろどん	とりミンチ　きざみのり	こめ　あぶら　さとう	たまねぎ　にんじん ほししいたけ　しょうが	５９７ ２５．９
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	さんしょくやさいのナムル		ごまあぶら　ごま	もやし　にんじん　にら	
	かきたまじる	たまご　とうふ　わかめ	かたくりこ	にんじん　ねぎ	
30（水）	ごはん		こめ		６１４ １９．３
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	じゃがいものあんかけ	ぶたミンチ	じゃがいも　あぶら　さとう ごまあぶら　かたくりこ	しょうが　たまねぎ　にんじん ほししいたけ　ピーマン	
	キャベツのツナいため	ツナ	ごまあぶら　さとう　ごま	キャベツ　にら	

産地情報　～４月の主な食材の産地をお知らせします～

牛肉	北海道　青森
豚肉	鹿児島・宮崎・愛知
鶏肉	宮崎・兵庫他
卵	京都

じゃがいも	鹿児島他	人参	徳島他
たまねぎ	長崎他	にんにく	青森
もやし	岐阜	土生姜	高知
パセリ	香川他	チンゲン菜	静岡他

米	京都府産
牛乳	南丹市八木町

つばす	岩手

向日市地元産
たけのこ・キャベツ