

きゅうしょくだより

いただきます



きゅうしょく
給食はしまりまーす!



令和8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14日(火)から、1年生は17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。



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)
コッパパンのほか、味つきのパンなどができます。

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・素材の味を大切にし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。

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。

☆地産地消の取組☆

向日市では、地元産野菜を学校給食に活用する取組を行っています。たけのこ、玉ねぎ、なす、キャベツ、大根、白菜など、旬の時期に合わせた新鮮な野菜を給食に使います。

4月は、乙訓の特産品たけのこを使った「たけのこごはん」や「たけのこずし」が登場します。お楽しみに!

給食室のメンバー紹介

【調理員】 主任：山崎 奈美江
他13名

【栄養士】 藤村 麻里子



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、今年度もシダックス大新東ヒューマンサービス(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

- ・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てください。
- ・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。

◆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。

給食では旬の食材を取り入れており、骨のある魚、皮付きの果物など、食べるのにひと手間かかるものも提供しています。子どもたちにとっては、食べ方がわからない場合もありますので、ご家庭でも食べ方を教えていただければと思います。また、給食で初めて食べる食品でアレルギー症状が出ることがあります。献立表を確認いただき、食べたことのない食品がある場合は、ご家庭で事前に試していただくと安心です。



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)
14 (火)	コッペパン		パン		622 25.6
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	かしのケチャップに	とりにく	かたくりこ あぶら さとう	しょうが	
	やさしいぱいスープ	ベーコン		にんじん たまねぎ キャベツ	
15 (水)	ごはん		こめ		586 23.3
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	はっぼうさい	ぶたにく かまぼこ	あぶら かたくりこ	しょうが たまねぎ にんじん ほしいたけ たけのこ もやし キャベツ	
	あおのりビーンズ	だいず あおのり	かたくりこ あぶら		
16 (木)	たけのこごはん	あぶらあげ	こめ	たけのこ にんじん	533 21.6
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	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	
	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	
17 (金)	ポークカレー	ぶたにく 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	671 21.4
	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 ももかん りんごかん	
20 (月)	わかめごはん		こめ むぎ		568 18.9
	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	ぶたにく	じゃがいも こんにやく あぶら さとう	きりぼしだいこん にんじん	
	もやしのごまあえ		ごま	キャベツ もやし にんじん	
21 (火)	こがたコッペパン		パン		717 27.4
	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	
	フレンチサラダ	ハム	さとう あぶら	キャベツ コーン にんじん	

22 (水)	ごはん		こめ		561 22.0
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	きびなごのチーズあげ	きびなご こなチーズ	こむぎこ コーンスターチ あぶら		
	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	
	とうふのみそしる	とうふ わかめ みそ		ねぎ	
23 (木)	とりそぼろどん	とりミンチ	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	581 23.3
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	じゃがいものピリからいため		じゃがいも ごまあぶら	にんじん	
	すましじる	とうふ		えのきだけ ねぎ	
24 (金)	ごはん		こめ		735 24.3
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	ちくわのかばやきたれ	ちくわ	かたくりこ こむぎこ あぶら さとう ごま		
	こまつないため	ツナ	ごまあぶら さとう すりごま	こまつな もやし にんじん	
	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	
27 (月)	げんまいいりごはん		こめ げんまい		609 25.6
	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	
	じゃこのか-ふうみあげ	かえりじゃこ あおのり	こむぎこ あぶら		
28 (火)	あじつけパン		パン		672 27.0
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	さかなのこうそうやき	つばす こなチーズ	パンこ オリーブあぶら	パセリ にんにく	
	じゃがいもとベーコンのスープ	ベーコン	じゃがいも	にんじん たまねぎ	
30 (木)	ごはん		こめ		680 27.3
	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	
	こうやどうふのたまごとじ	こうやどうふ たまご	さとう	たまねぎ にんじん さやいんげん	
	キャベツとにんじんの みそしる	わかめ みそ		キャベツ たまねぎ にんじん	