

4がつ きゅうしょくこんだてよていひょう



長岡京市立神足小学校

日付	こんだてめい	エネルギー(kcal) たんぱく質(g)	おもなざいりょう					
			エネルギーのもとになる		体をつくるもとになる		体の調子をととのえる	
14 (火)	コッペパン ぎゅうにゅう かしのケチャップに やさしいぱいスープ	589 28.5	パン あぶら	かたくりこ さとう	ぎゅうにゅう ベーコン	とりにく	しょうが たまねぎ	にんじん キャベツ
15 (水)	ごはん ぎゅうにゅう はっぼうさい(かまぼこ) あおのりビーンズ	600 23.8	こめ かたくりこ	あぶら	ぎゅうにゅう かまぼこ あおのり	ぶたにく だいず	しょうが にんじん たけのこ キャベツ	たまねぎ しいたけ もやし
16 (木)	たけのこごはん ぎゅうにゅう キャベツのツナいため かきたまじる	554 22.4	こめ さとう かたくりこ	ごまあぶら ごま	あぶらあげ ツナ とうふ	ぎゅうにゅう たまご わかめ	たけのこ キャベツ ねぎ	にんじん にら
17 (金)	チキンカレー ぎゅうにゅう フルーツのヨーグルトあえ	665 22.4	こめ あぶら バター	むぎ じゃがいも こむぎこ	とりにく こなチーズ ヨーグルト	スキムミルク ぎゅうにゅう	にんにく たまねぎ セロリー	しょうが にんじん りんご もも
20 (月)	わかめごはん ぎゅうにゅう にくじゃが もやしのごまあえ	599 19.9	こめ じゃがいも あぶら ごま	むぎ こんにやく さとう	わかめ ぶたにく	ぎゅうにゅう	たまねぎ グリーンピース もやし	にんじん キャベツ
21 (火)	こがたコッペパン ぎゅうにゅう スパゲティミートソース ひじきのソテー	701 26.3	パン オリーブオイル さとう	スパゲティ あぶら	ぎゅうにゅう ぶたミンチ	ぎゅうミンチ ひじき	たまねぎ にら	にんじん とうもろこし
22 (水)	ごはん ぎゅうにゅう きびなごのチーズあげ さんしょくやさいのナムル とうふのみそしる	573 22.4	こめ コーンスターチ ごまあぶら	こむぎこ あぶら ごま	ぎゅうにゅう たまご とうふ あかみそ	きびなご チーズ わかめ	もやし にら	にんじん ねぎ
23 (木)	とりそぼろどん ぎゅうにゅう じゃがいものピリからいため すましじる	583 23.4	こめ さとう ごまあぶら	あぶら じゃがいも	とりミンチ とうふ	ぎゅうにゅう	たまねぎ しいたけ えのきたけ	にんじん しょうが ねぎ
24 (金)	ごはん ぎゅうにゅう ちくわのかばやきタレ もやしのカレーあじ みそしる	667 21.2	こめ あぶら ごま	こむぎこ さとう	ぎゅうにゅう わかめ	ちくわ しんじゅうみそ	もやし たまねぎ	キャベツ にんじん
27 (月)	げんまいいりごはん ぎゅうにゅう まーぼーとうふ もやしとわかめのちゅうかサラダ	622 24.3	こめ あぶら ごまあぶら ごま	げんまい さとう かたくりこ	ぎゅうにゅう とうふ わかめ	ぶたミンチ あかみそ	しょうが たまねぎ たけのこ にら	にんにく にんじん しいたけ もやし
28 (火)	あじつきパン ぎゅうにゅう さかなのこうそうやき じゃがいもとベーコンのスープ	649 24.4	パン オリーブオイル	パンこ じゃがいも	ぎゅうにゅう ベーコン	つばす	パセリ にんじん	にんにく たまねぎ
30 (木)	ごはん ぎゅうにゅう かしのこはくあげ ひじきのいために みそしる	693 27.1	こめ あぶら	かたくりこ さとう	ぎゅうにゅう ひじき とうふ しんじゅうみそ	とりにく あぶらあげ わかめ	しょうが ねぎ	にんじん たまねぎ



4月のおもな食材の産地は以下のとおりです。資料提供(財)京都府学校給食会他 *食材の入荷状況など都合により変更になる場合もありますのでご了承ください。

じゃがいも たまねぎ にんじん にんにく にら	鹿児島他 長崎他 徳島他 青森 高知	大豆 ベーコン 鶏卵	北海道 愛媛・九州他 京都	切干大根 干しいたけ 煮干し	宮崎 九州他 九州	つばす きびなご	岩手 長崎	牛肉 豚肉 鶏肉	北海道・青森 鹿児島・宮崎・愛知 宮崎・兵庫他	地元産(長岡京市産) たけのこ
-------------------------------------	--------------------------------	------------------	---------------------	----------------------	-----------------	-------------	----------	----------------	-------------------------------	--------------------



4月給食たより

長岡京市立神足小学校
令和8年4月



入学・ご進級おめでとうございます

春のやわらかな日差しが心地よい季節となりました。今年度も、毎日の給食時間が心待ちになるような、おいしく魅力ある給食作りに努めていきたいと思っております。学校給食へのご理解・ご協力のほど、よろしくお願いいたします。



入学式

給食から学べること

- 健康によい食事のとり方
- 伝統行事や行事食
- 日本や世界の食文化
- 地域の産業
- 環境への配慮
- 感謝の心 など



今年度の給食開始は4月14日(火)です。1年生は4月17日(金)から開始です。

神足小の給食は栄養満点!!

おかず

煮物や揚げ物、和え物、焼き物など様々な調理法のもので出ます。地産地消を心がけ、地元の農家さんが育てる旬の野菜もたくさん使えるようにしています。だしは、煮干しや削り節から取り、食材の持ち味を生かせるよう工夫しています。



牛乳

成長期に必要な栄養がたくさん含まれているため、毎日200mlのパックが付きます。

京都府産牛乳

デザート

果物や手作りのゼリーやカップケーキ、お団子などが付きます。

主食

ごはんが月・水・木・金曜日、パンが火曜日に出ます。お米は京都府産のお米を給食室で学級毎に炊いています。炊き込みご飯やふりかけが出ることもあります。

パンは、低・中・高で大きさの違うものをパン屋さんに持って来てもらいます。味つけパンや自分でパンに具をはさむ「セルフサンド」なども出ます。

わたしたちが神足小学校の給食を作ります!

神足小学校では、給食調理業務を株式会社メフォスへ委託しています。おいしく安心安全な給食の調理に努めます。



お知らせとお願い



*給食時の持ち物について

毎日、きれいに洗ったハンカチを持たせてください。(食中毒予防のために、給食専用のものがあると良いです。)

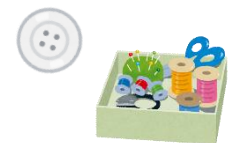


*給食当番のエプロン・マスクについて

給食当番になると、**金曜日にエプロン・帽子を持ち帰ります。**

→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・ゴム等が取れていたら修繕していただくと助かります。



給食当番を行う児童については、衛生管理のため給食用に**マスクの持参**をお願いします。

→日常的にマスクを着用している場合は、着用してきたものを当番の際に使用します。



今年度より長岡京市では給食費無償化となるため、保護者の皆様からの給食費の徴収はありません。

給食当番の決まりを守ろう

みんなが給食を安心して食べられるよう、給食当番は決まりを守って、協力して準備や後片付けをしましょう。



<p>トイレは身じたくを 整える前に済ませる。</p>	<p>爪は短く切っておく。</p>	<p>手はせっけんで きれいに洗い、 清潔なハンカチや タオルでふく。</p>	<p>体調が悪い人、 手や指にけがをして いる人は、先生に 相談する。</p>
<p>清潔なエプロンを 身につける。</p> <p>エプロンを床に置いて着替 えたり畳んだりしない。</p>	<p>髪の毛は帽子や三角巾に しっかりしまおう。</p> <p>★髪が長い人は結んでおく。</p>	<p>マスクで鼻と口を おおう。</p>	
<p>重いもの、熱いものは 協力して運ぶ。</p>	<p>食卓や食器がごなど を床に置かない。</p>	<p>一人分の量を考えて 丁寧に盛り付ける。</p> <p>30人分なら... 10人分</p>	<p>汁物は底から混ぜて 具を均等に 盛り付ける。</p>