

給食だより



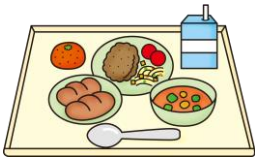
平成31年(2019年)4月8日発行

【4月号】

札幌市立福移小中学校

新入生を迎え、新たな学年で新年度が始まります。子どもたちが健康で楽しい毎日を過ごすことができるように、今年度も安全でおいしい給食づくりを心がけていきたいと思っております。どうぞよろしくお願い致します。

学校給食



学校給食は、児童生徒の心身の健全な育成を目的としています。先生や友達と一緒に食事をしながら、偏食を改善したり、食事のマナーや豊かな社交性を身に付けることも、大切な目標のひとつです。

給食は、残さず食べると1日に必要な栄養量の約1/3をとることができます。不足しがちな栄養素を満たせるように献立を工夫していますが、残り2/3の必要量もご家庭でしっかりとれるように、特に朝ごはんは必ず食べてから登校させてください。

今年度は、札幌市の学校給食の食事内容が変わります。別紙をご覧ください。

今年度も、調理室のある拓北小学校が「親学校」となり、「子学校」の福移小中学校と2校分の給食を作る「親子給食方式」で給食を提供します。平成31年度は、親子あわせて約600食の給食を調理員6名と栄養教諭1名で作ります。子学校では、2名の配膳員が各クラスに給食を届けます。

親子給食



○給食の主食(白飯・パン・麺)のサイズは3種類で、低・中・高学年以上で大きさが異なります。(ご飯と一部の麺は、中学生では更に量が増えます。)

○おかず(主菜・副菜)も主食に合わせて学年で量が変わりますので、小学校3・5年生、中学校1年生では、新しい学年になると全体的に量が増えます。

○コロッケなどの揚げ物については、小学校5年生以上でサイズが大きくなり、子持ちシヤモや餃子等は、1個から2個に数が増えます。

<お願い>

- ※ 給食に関してアレルギー調査済みですが、年度途中で変更があった場合は、必ず学校へお知らせください。
- ※ 給食便りに主な食材を載せていますが、全ての食材を載せているわけではありません。アレルギー等で詳細な献立が必要な方は、栄養教諭までお問い合わせください。

4月の予定献立

福移小中学校

月	火	水	木	金
8 始業式 	9 入学式	10 ・ごはん ・すきやき ・揚げぎょうざ ・おかかぶりかけ ・豚肉、焼き豆腐、白滝、玉葱、白菜、長葱、たもぎ茸、焼き麩、春菊、椎茸 ・しらす干し、糸かつお、海苔、青のり、ごま	11 ・横割りパンズ ・あさりチャウダー ・ハンバーガー ・くだもの ・あさり、パコ、じゃが芋、玉葱、人参、パセリ、牛乳、豆乳、スキムミルク、チーズ	12 <小年給食開始> ・挽肉のカレー ・ほうれん草とベーコンのサラダ ・温州みかんゼリー ・豚肉、大豆水煮、玉葱、人参、トモ、セリ、生姜、にんにく、パセリ、レズン ・パコ、ほうれん草、もやし、ごま
15 ・五目うどん ・ごまポテト ・くだもの ・鶏肉、油あげ、つと、人参、ごぼう、ほうれん草、長葱、椎茸、たもぎ茸	16 ・チキンライス ・かぼちゃコロッケ ・切干大根のサラダ ・大麦、トマトジュース、鶏肉、玉葱、人参、マッシュルーム、グリーンピース ・切干大根、まぐろ水煮、人参、もやし、胡瓜、ごま	17 ・厚揚げ入り肉炒め丼 ・味噌汁(大根・油あげ) ・くだもの ・厚揚げ、豚肉、ムナ、人参、もやし、小松菜、りんご、玉葱、ごま ・大根、油あげ	18 ・ロールパン ・ワントンスープ(醤油) ・たこ焼き風天ぷら ・枝豆 ・ワタリ、豚肉、人参、もやし、ほうれん草、長葱、ムナ ・豆腐入り蒲鉾、鶏卵、青のり、糸かつお	19 ・ごはん ・味噌けんちん汁 ・たらざんぎ ・ごま和え ・鶏肉、豆腐、こんにゃく、人参、大根、ごぼう、長葱、小松菜、白菜、ごま
22 ・パスタミートソース ・あさりのサラダ ・豚肉、大豆水煮、玉葱、人参、トマト、セリ、マッシュルーム、パセリ ・あさり、キャベツ、胡瓜、人参、ごま	23 ・焼豚チャーハン ・白花豆コロッケ ・フルーツミックス ・大麦、豚肉、人参、玉葱、コーン、椎茸、グリーンピース ・果物缶詰(みかん・パイナップル・黄桃・梨)	24 ・ごはん ・マーボー豆腐 ・ししゃもから揚げ ・磯和え ・豆腐、豚肉、生姜、にんにく、人参、椎茸、長葱 ・ほうれん草、もやし、のり	25 ・かぼちゃパン ・コーンクリームスープ ・フライドチキン ・小松菜サラダ ・パコ、コーン、玉葱、人参、パセリ、牛乳、豆乳、スキムミルク、チーズ ・小松菜、春雨、ム、ひじき	26 ・和風そぼろごはん ・味噌汁(芋・にら) ・竹輪二色揚げ ・鶏肉、豆腐、切干大根、椎茸、ひじき、ごぼう、人参 ・じゃが芋、にら ・竹輪、鶏卵、青のり、カレー粉


*牛乳は毎日つきます。

*果物は、市場の状況によって変更になることがあります。


*海産物(ししゃも、わかめ、しらす等)には、小さな「えび、かに、貝等」が混入する場合があります




く使用予定のくだもの



いちご



清見オレンジ



パイナップル



早起



早寝



朝ごはん

元気の合い言葉