

4月食育だより

2022年
4月7日発行
北海道教育大学附属
釧路義務教育学校前期課程

ご にゅう がく
御入学おめでとうございます!
ようこそ附属釧路義務教育学校前期課程へ!

これからの学校生活で、健やかな心と体を育めるよう、食の面から全力でサポートしていきます。毎日元気に学校生活を送るためには、栄養・運動・睡眠が大切です。栄養たっぷりのおいしい給食を届けられるよう、給食室一同、頑張ります。どうぞよろしくお祈りします。

～給食についてのお願いごと～

★給食エプロン・ぼうし・給食用ナフキンを用意してください
給食を衛生的に準備するために、毎日使用しますので、忘れずに持たせてください。こまめに洗濯をお願いします。

★御家庭でもお手伝いの指導をお願いします
給食の準備や後片付けは、自分たちでします。御家庭でもお手伝いを通して、自分のことを自分でできるよう指導をお願いします。

★献立表を御覧ください
献立表に、主な使用食材を記載しております。食物アレルギーについては、届け出により代替食・除去食の対応を行っております。なお、年度途中に変更がございましたら、担任を通して御相談ください。



たのしい・おいしい・きゅうしょく

いよいよ14日から給食が始まります。最初は、かわいいキャラクターや動物の形をしたパン給食です。どんな形か、給食時間をお楽しみに♪旬の食材を使用した様々な献立を楽しみにしててください。



2022年

4月の献立表

2022年4月7日発行

※牛乳は毎日つきます

★毎月19日は「食育の日」です

日	献立名	あかの食品 ちやくにく になる	きいろの食品 はたらくちから になる	みどりの食品 からだのちようしを ととのえる	アレルギー 表示	今日のひとこと
14日 (木)	こしあんのパン	卵 牛乳 小豆	パン 砂糖		小麦 卵 乳	きゅうしょくがはじまります。みんなでたのしくたべましょう。
	ぎゅうにゅう	牛乳			乳	
15日 (金)	いちごジャムのパン	卵 牛乳	パン 砂糖	チョコレート	小麦 卵 乳	しっかりと、てあらいしてからじゅんぴをはじめましょう。
	ぎゅうにゅう	牛乳			乳	
18日 (月)	チョコクリームパン	卵 牛乳	パン 砂糖	いちご	小麦 卵 乳	マスクは、「いただきます」のあとにはずします。
	ぎゅうにゅう	牛乳			乳	
★ 19日 (火)	せわりコッパン		コッパン		パン(乳、卵、小麦)	エプロン・ぼうし・きゅうしょくようナフキンを忘れずによいしましょう。
	とうにゅうスープ	ベーコン 鶏ガラ 豆乳		きゃべつ きゅうり 玉ねぎ パセリ		
	ウインナー	豚肉	砂糖			
	おいわいゼリー	豆乳	砂糖	いちご		
20日 (水)	ごはん		ごはん			すいようびは、わしょくのひです。ごはんものこさずたべましょう。
	とんじる	豚肉 豆腐 昆布 かつお節 みそ	じゃがいも こんにゃく	ごぼう 大根 人参 長ねぎ しょうが		
	とりのからあげ	鶏肉	でんぷん 油	しょうが にんにく		
21日 (木)	たぬきうどん	鶏肉 鶏ガラ 油揚げ	うどん 揚げ玉	小松菜 人参 長ねぎ 椎茸	うどん 揚げ玉(小麦)	もくようびは、めんひです。ラーメンやうどんがです。
	アセロラゼリー			アセロラ		
22日 (金)	チキンカレーライス	鶏肉	ごはん じゃがいも 油 ルウ(小麦、乳)	玉ねぎ 人参 にんにく しょうが	ルウ(小麦、乳) カレー粉	きんようびは、どんぶりやカレーのひです。しっかりとべましょう。
	オレンジ			オレンジ		
25日 (月)	ごはん		ごはん			いろいろなりょうりをしてもらえよう、きょうりょうりやせかいのりょうりのきゅうしょくがです。
	はくさいのスープ	鶏肉 鶏ガラ		白菜 人参 玉ねぎ ほうれん草 しょうが にんにく		
	にくしゅうまい	豚ひき肉	しゅうまいの皮 でんぷん ごま油	玉ねぎ	しゅうまいの皮(小麦)	
26日 (火)	バターロールパン		バターロールパン		パン(乳、卵、小麦)	いよいよ、おにいさん、おねえさんとおなじきゅうしょくメニューです。しっかりとべげんきにすこしましょう。かようびは、パンのひです。
	ミートボールスープ	鶏肉 豚肉 鶏ガラ	砂糖	玉ねぎ 白菜 人参 ほうれん草 しょうが にんにく		
	ポークコロッケ	豚肉	じゃがいも 砂糖 パン粉(小麦) 油	玉ねぎ	パン粉(小麦)	
	フレンチサラダ		油 砂糖	きゃべつ きゅうり 人参		
27日 (水)	ごはん		ごはん			「さんかくたべ」ということはをきいたことがありますか?みそしる、いわし、ごまあえをおかずにごはんをたべましょう。
	きのこじる	昆布 かつお節 みそ		しめじ えのき 椎茸 白菜 小松菜 長ねぎ		
	いわしのかんろに	いわし	砂糖 でんぷん			
28日 (木)	しょうゆラーメン	豚肉 豚骨 鶏ガラ わかめ	ラーメン 油	木耳 もやし 長ねぎ 竹の子	ラーメン(小麦)	きょうのめんは、ラーメンです。ほかにもスバゲティや焼きそばがおすすめです。
	チキンナゲット	鶏肉	砂糖 油	にんにく しょうが トマト		
	グレープフルーツ			グレープフルーツ	グレープフルーツ	

* 献立表は、材料の都合により変更する場合がございますので、御了承ください。

* アレルギー表示は、食物アレルギー対応申請にある食品のみを表示しております。