

4月 食育たより

平成29年
4月7日発行
北海道教育大学
附属釧路小学校

ごにゅうがく 御入学 おめでとうございます!

ようこそ附属釧路小学校へ!

6年間の小学校生活で、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。どうぞよろしくお願ひします。

給食についてのお願いごと



給食エプロン・ぼうし・ランチョンマット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。



平成29年

4月の献立表

2017年4月7日発行

※牛乳は毎日つきます

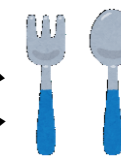
★毎月19日は「食育の日」です

日	献立名	あかの食品 ちやくになる	ぎいろの食品 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
18日(火)	こしあんのパン	卵 牛乳 小豆	パン 砂糖		卵 牛乳	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			牛乳	
19日(水)	いちごジャムのパン	卵 牛乳	パン 砂糖	いちご	卵 牛乳	おかわりのおおきなパンは、せんせいからもらいます。なかよくわけてたべましょう。
	ぎゅうにゅう	牛乳			牛乳	
20日(木)	チョコクリームパン	卵 牛乳	パン 砂糖 チョコレート		卵 牛乳	てあらい、うがいをしてからじゅんぴをはじめましょう。
	ぎゅうにゅう	牛乳			牛乳	
21日(金)	たけのこいりハヤシライス	牛肉 チーズ	米 大麦 油	竹の子 玉ねぎ 椎茸 にんにく しょうが りんご	牛肉 チーズ	きょうからメニューがふえます。たけのこいりハヤシライスは、にんきメニューのひとつです。
	バナナ			バナナ		
25日(火)	バターロールパン		バターロールパン		バターロールパン	エプロン・ぼうし・ランチョンマットをわすれずによいしましょう。
	マカロニシチュー	鶏肉 鶏ガラ 牛乳	マカロニ じゃがいも バター 油 小麦粉	人参 玉ねぎ	牛乳 バター	
	メンチカツ	牛肉 卵	砂糖 小麦粉 パン粉 でんぷん 油	玉ねぎ	牛肉 卵	
26日(水)	おにぎり(わかめ)	わかめ	米			「いただきます」と「ごちそうさま」のあいさつをしっかりしましょう。
	はくさいのみそしる	高野豆腐 みそ 昆布 かつお節		白菜 大根 人参 小松菜 長ねぎ		
	てりやきチキン	鶏肉	砂糖 でんぷん			
27日(木)	みそラーメン	豚肉 豚骨 みそ	ラーメン ごま	キャベツ もやし 人参 玉ねぎ 木耳 にんにく しょうが		はじめてのきゅうしょくのめんは、ラーメンです。おはしをじょうずにつかってたべましょう。
	さけのミニはるまぎ	鮭 たら チーズ	小麦粉 油		鮭 たら チーズ	
	りんごゼリー			りんご		
28日(金)	ミートボールカレー	鶏肉 豚肉	米 大麦 じゃがいも 油 でんぷん パン粉	玉ねぎ 人参 にんにく		くばるときは、りょうてでもって、ゆっくりはこびましょう。
	ふくじんづけ			大根 なす きゅうり れんこん しょうが		

* 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。



たのしい・おいしい・きゅうしょく



いよいよ18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♪その後は、食べやすいおにぎりへ進めていきます。

旬の食材を使用した様々な献立をお楽しみにしてください。