

令和7年 4月のきゅうしょくこんだて

Bブロック



高山市学校給食センター

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
<p>※高山市では、給食の食材にかかる費用の1/3を市が助成しています。 ※学校給食は「学校給食地産地消推進事業」により、県・市町村・JAグループの一部助成を受けています。 ※牛乳は毎日つきます。農林水産省の一部助成を受けています。 ※食材の購入等により献立が変更になることがあります。 ※学校給食の栄養量の基準</p> <p>エネルギー: 小学校650kcal 中学校830kcal 塩分: 小学校2.0g 中学校2.5g</p> <p>☞業者配送</p>			<p>10</p> <p>切干大根煮 鶏肉のから揚げ (小1-中2)</p> <p>むぎごはん 豆腐のみそ汁</p> <p>エネルギー(kcal) 小 588 中 778 塩分(g) 小 2.0 中 2.5</p>	<p>11</p> <p>お祝いデザート ひじきのカレー炒め さわらの照り焼き</p> <p>むぎごはん 白みそ汁</p> <p>入学・進級お祝い献立</p> <p>エネルギー(kcal) 小 670 中 843 塩分(g) 小 2.1 中 2.6</p>
<p>14</p> <p>ハンパンス 春巻き (小1-中1)</p> <p>みそラーメン</p> <p>エネルギー(kcal) 小 632 中 816 塩分(g) 小 3.0 中 3.9</p>	<p>15</p> <p>フロッコシのおかかあえ 豆腐ハンバーグ</p> <p>むぎごはん のっぺい汁</p> <p>エネルギー(kcal) 小 538 中 695 塩分(g) 小 1.9 中 2.4</p>	<p>16</p> <p>アスパラチー キャベツメンチカツ</p> <p>黒パン ポークソース</p> <p>季節の味 アスパラ</p> <p>エネルギー(kcal) 小 724 中 934 塩分(g) 小 2.2 中 2.9</p>	<p>17</p> <p>海藻サラダ マルーツのゼリーあえ</p> <p>カレーライス</p> <p>エネルギー(kcal) 小 657 中 882 塩分(g) 小 1.8 中 2.3</p>	<p>18</p> <p>うま煮 豚肉のしょうが焼き</p> <p>むぎごはん たまねぎのみそ汁</p> <p>季節の味 たまねぎ</p> <p>エネルギー(kcal) 小 618 中 798 塩分(g) 小 1.8 中 2.2</p>
<p>21</p> <p>健康ひじきサラダ あしプリンタ (小2-中3)</p> <p>ソフト麺 ミートソース</p> <p>エネルギー(kcal) 小 724 中 955 塩分(g) 小 2.0 中 2.5</p>	<p>22</p> <p>プリン 豆腐の肉みそかけ (小1-中2)</p> <p>きんぴらごぼう 揚げのすまし汁</p> <p>むぎごはん</p> <p>エネルギー(kcal) 小 640 中 814 塩分(g) 小 2.1 中 2.7</p>	<p>23</p> <p>グリーンサラダ ハンバーグ</p> <p>いちごジャム ゴツペパン コンソメスープ</p> <p>エネルギー(kcal) 小 598 中 748 塩分(g) 小 2.8 中 3.6</p>	<p>24</p> <p>ちやしの炒め物 鶏肉の香味焼き</p> <p>むぎごはん けんちん汁</p> <p>エネルギー(kcal) 小 565 中 734 塩分(g) 小 1.9 中 2.2</p>	<p>25</p> <p>キャベツのおかかあえ 焼きさばのしょうがたれ</p> <p>むぎごはん なめこのみそ汁</p> <p>エネルギー(kcal) 小 590 中 746 塩分(g) 小 2.2 中 2.7</p>
<p>28</p> <p>オレンジ ぜんざい じゃがいももち (小2-中2)</p> <p>山菜うどん</p> <p>季節の味 山菜</p> <p>エネルギー(kcal) 小 594 中 730 塩分(g) 小 1.9 中 2.2</p>	<p>29</p> <p>昭和の日</p> <p>エネルギー(kcal) 小 590 中 752 塩分(g) 小 1.7 中 2.1</p>	<p>30</p> <p>切干大根の中華あえ 白身魚の薬味だれ</p> <p>むぎごはん ファンタンスープ</p> <p>エネルギー(kcal) 小 590 中 752 塩分(g) 小 1.7 中 2.1</p>	<p>4月旬の食材 さわら アスパラ キャベツ 山菜 たまねぎ 給食にも登場します。</p>	
<p>〔献立表について〕 献立表には、毎日の献立をお知らせする以外にも、食育の情報発信という役割があります。</p> <p>○正しい食器の並べ方 — 食器の並べ方が分からないときは、献立表を参考にしよう！</p> <p>○食べ物の旬 — 旬の食べ物をお知らせしています。旬の食材を取り入れた献立には、 季節の味</p> <p>○地産地消 — 飛騨産の食材を取り入れた献立には、 飛騨の味</p> <p>○減塩の工夫 — 一食当たりの食塩相当量を記載しています。また、減塩の工夫をした献立には、 減塩の日</p> <p>★裏面には、給食だよりが印刷されています。冷蔵庫等に貼る前に、親子で読んでください。</p>				

人を良くすると書いて「食」 ～学校給食の目標～

「人を良くすると書いて『食』」といわれます。「食」という漢字のそもそもの成り立ちとは違うようですが、食べ物や食べ方の大切さをよく言い当てたものだと思います。
 心身の健やかな成長を願い、学校教育の一環として行われる学校給食には、食を通じた人間形成や生きる力を育むため、次のような目標が定められています。



適切な栄養と味覚で、
健康やかな体と心を育む。



食べることの大切さや
喜びを知る。



給食を手本に望ましい
食べ方を学ぶ。



毎日の食事について、
自分でも考え、判断して
食べられるようになる。



いつも感謝の気持ちで
もって食事をいただく
ことができる。



他人のことを考えて
思いやり、学校生活を
豊かなものにする。



食を通して地域の伝統
や歴史を学び、食文化
を未来に伝えていく。

新学期