

今月の目標
給食の約束を覚えよう



4月

給食よていこんだて表



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	
<p>入学進級おめでとう</p> <p>入学・進級おめでとうございます。今年も、みなさんが元気に過ごせるようおいしい給食づくりをがんばります！自分の体の健康を考え、しっかり食べてくださいね。給食センター一同</p>		<p>10 おいおいゼリー</p> <p>おりなのおひたし、むぎごはん</p> <p>とりとポテトのあげに、けんちんしる</p> <p>エネルギー (小: 745kcal 中: 907kcal) 塩分 (小: 1.7g 中: 1.9g)</p>	<p>11</p> <p>ごぼうサラダ、くろパン</p> <p>トマトにこみハンバーグ、ABCスープ</p> <p>エネルギー (小: 691kcal 中: 863kcal) 塩分 (小: 2.4g 中: 3.0g)</p>	<p>12</p> <p>グリーンサラダ、ポークカレー</p> <p>レンコンチップス</p> <p>エネルギー (小: 664kcal 中: 819kcal) 塩分 (小: 1.7g 中: 2.0g)</p>	
<p>15</p> <p>プリン</p> <p>ごまあえ、わかめごはん</p> <p>キャベツメンチカツ、しろみそしる</p> <p>エネルギー (小: 676kcal 中: 855kcal) 塩分 (小: 2.7g 中: 3.4g)</p>	<p>16</p> <p>オレンジ</p> <p>コールスローサラダ、ソフトめん</p> <p>チョコタフィ、ミートソース</p> <p>エネルギー (小: 779kcal 中: 983kcal) 塩分 (小: 1.7g 中: 2.2g)</p>	<p>17</p> <p>ブロッコリーのしおこんぶあえ、むぎごはん</p> <p>やきどうふのにくみそがけ、なめこんしる</p> <p>エネルギー (小: 572kcal 中: 718kcal) 塩分 (小: 1.5g 中: 1.8g)</p>	<p>18</p> <p>チョコクリーム</p> <p>だいこんサラダ、コッパン</p> <p>ポテトグラタン、ミネストローネ</p> <p>エネルギー (小: 697kcal 中: 837kcal) 塩分 (小: 2.7g 中: 3.4g)</p>	<p>19</p> <p>きりぼしのおひたし、はつかげんまいごはん</p> <p>とりのレモンに、とうふとえのきのみそしる</p> <p>エネルギー (小: 663kcal 中: 815kcal) 塩分 (小: 2.4g 中: 2.8g)</p>	
<p>22</p> <p>ココアワッフル</p> <p>キャベツのおかかあえ、むぎごはん</p> <p>さわらのみそやき、さわにわん</p> <p>エネルギー (小: 700kcal 中: 851kcal) 塩分 (小: 1.8g 中: 2.2g)</p>	<p>23</p> <p>オレンジ</p> <p>こまつなサラダ、ようゆうラーメン</p> <p>チキンナゲット (小: 2こ 中: 3こ)</p> <p>エネルギー (小: 615kcal 中: 786kcal) 塩分 (小: 2.6g 中: 3.3g)</p>	<p>24</p> <p>バリッシュ (中のみ)</p> <p>ごしょくサラダ、ふたどん</p> <p>きんときまめのあまに</p> <p>エネルギー (小: 643kcal 中: 807kcal) 塩分 (小: 1.6g 中: 2.0g)</p>	<p>25</p> <p>いちごジャム</p> <p>ほうれんそうのサラダ、しょくパン</p> <p>しろみさかなフライ、すくなかぼちゃポタージュ</p> <p>エネルギー (小: 710kcal 中: 853kcal) 塩分 (小: 2.3g 中: 2.8g)</p>	<p>26</p> <p>ヨーグルト</p> <p>ひじきのいために、むぎごはん</p> <p>とりにくのかおりやき、いなかりる</p> <p>エネルギー (小: 660kcal 中: 803kcal) 塩分 (小: 2.3g 中: 2.8g)</p>	
<p>29</p> <p>昭和の日</p>	<p>23</p> <p>楽しい給食時間を過ごすために、給食当番はとても大切な仕事です。衛生に気を付けて安全に給食当番の仕事をしましょう。</p> <p>29</p> <p>だしとは、こんぶなどからとった、「うま味のある汁」のことです。だしは組み合わせるとさらにおいしさがアップします。</p> <p>30</p> <p>マロニーのちゅうかあえ、むぎごはん</p> <p>むしシュウマイ (小: 2こ 中: 3こ)、マーボー豆腐</p> <p>エネルギー (小: 783kcal 中: 994kcal) 塩分 (小: 2.1g 中: 2.6g)</p> <p>手は、きれいに見えても汚れやばい菌がついています。給食前にはせっけんを使ってしっかり手洗いをしましょう。</p>	<p>給食の準備、しっかりできて？</p> <p>かたづけ、手洗い、当番の服さう</p> <p>Q. どうして給食には毎日牛乳が出るの？</p> <p>A. 日本人は、カルシウムの摂取量が不足しているといわれています。給食がある日とない日では、給食のある日の方がカルシウムの摂取量が多いという研究結果が出ています。給食に出る牛乳は、成長期に大切なカルシウム摂取に役立っています。</p>			<p>ひだの味「折り菜」</p> <p>長い冬を乗り越え、雪解け直ぐに芽を出す「折り菜」は、飛騨の人々の春に欠かせない野菜です。甘味と苦みがおいしい「折り菜」は、季節の変わり目の体調を整えてくれる野菜です。</p>

※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。

※学校給食の栄養量の基準
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

※物資の都合により献立が変更になることがございます。ご了承ください。

◆◆保護者のみなさまへ◆◆

近年の物価上昇に伴い、令和6年度より給食費の価格を改定しました。今後とも、安全安心で魅力ある学校給食の提供に努めていきますので、ご理解頂きますようお願いいたします。

給食費に対する市の助成(年間約1億5千万円)

- ◆ 食材費の1/3を助成(小学校303円のうち101円、中学校366円のうち122円)
- ◆ 給食の質の向上のための助成...令和5年度から
- ◆ そのほか、地産地消や食物アレルギー対応、警報発令時等の給食停止時の助成など

給食費振替のご案内

- 1食あたり小学校202円、中学校244円を保護者の方に負担していただきます。
- 月額 小学校 3,400円 中学校 4,100円 (4月~2月の月末ごろ、金融機関から口座振替になります)(※2月は金額が異なります)

詳しくは、4月末に届くハガキをご確認ください。

お問い合わせ: 高山市学校給食センター TEL0577-32-6218
E-Mail kyuushokucenter@city.takayama.lg.jp

