



学校給食予定献立表

4月の給食目標 

「給食の準備や片付けをしよう」

献立名	使用材料	グラム	き	あ	みどり	エネルギー (カロリー)	献立名	使用材料	グラム	き	あ	みどり	エネルギー (カロリー)
27日(月)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	30日(木)	ジョア (プレーン)	125		○		小(低)
ぎゅうにゅう	こくとうパン	70	○			542	ジョア (プレーン)	こめ	100	○			500
こくとうパン	ウインナー	25	○				ぶたにく	50		○			
はるやさいの	じゃがいも	45	○			小(高)	にんじん	20			○		小(高)
ポトフ	キャベツ・たまねぎ	20			○	600	たまねぎ	45			○		597
	にんじん	15			○		マッシュルーム	9			○		
	ブロッコリー	25			○	中・高	ソテードオニオン	9			○		中・高
	しるワイン	2.5			○	748	にんにく	0.6			○		716
ごぼうサラダ	うすくちしょうゆ	0.65					うんしゅう	1	○				
ぶどうゼリー	とりがらスープ	7					みかんゼリー				○		
	しお・こしょう												
	やさしいイオン	0.7											
	ささみフレーク	10	○										
	ささがきごぼう	20			○								
	きゅうり	20			○								
	にんじん	10			○								
	エッグケアマヨネーズ	1袋	○										
	ぶどうゼリー	1個	○										
28日(火)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)							
ぎゅうにゅう	こめ	100	○			516							
ごはん	ミンチカツ	60	○	○									
ミンチカツ	あげあぶら		○			小(高)							
キャベツと	キャベツ	30			○	594							
ほうれんそうの	ほうれんそう	20			○								
いためもの	にんじん	8			○	中・高							
	にんにく	0.4			○	713							
	あぶら	0.5	○										
	しお	0.2											
	こしょう	0.03											
きつまいもの	きつまいも	30	○										
みそスープ	たまねぎ	15			○								
	にんじん	10			○								
	にら	5			○								
	みそ	11			○								
	とりがらスープ	15											
	こしょう	0.03											

給食当番の決まりを守ろう





みんなが給食を安心してたべられるように、給食当番はきまりを守って、協力して準備や片づけをしましょう！



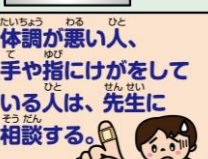
給食の前に、必ず手をきれいに洗いましょう。



- 1 手をぬらし、せっけんをつけて泡立てる。
- 2 手のひら・手の甲・指先・指の間・手首をこするように洗う。
- 3 泡と汚れをしっかりと洗い流す。
- 4 清潔なハンカチやタオルで水分をふく。

他にも給食時間の準備には、机の上を片づけたり、教室の窓やとびらを明け換気することなどがあります。みんなが安心して、楽しく給食を食べられるよう、一人ひとりが安全や衛生に気をつけることが大切です。

<p>トイレは身じたくを 整える前に済ませる。</p> 	<p>爪は短く切っておく。</p> 	<p>手はせっけんできれいに洗い、清潔なハンカチやタオルでふく。</p> 
<p>清潔な給食着を身につける。</p> <p>★給食着を床に置いて着替えたり畳んだりしない。</p> 	<p>髪の毛は帽子や三角巾にしっかりしまおう。</p> <p>★髪が長い人は結んでおく。</p> 	
<p>重いもの、熱いものは協力して運ぶ。</p> 	<p>食卓や食器がこなどを床に置かない。</p> 	<p>一人分の量を考えて丁寧に盛り付ける。</p> <p>30人分なら… 10人分</p> 
<p>汁物は底から混ぜて具を均等に盛り付ける。</p> 	<p>マスクで鼻と口をおおう。</p> 	<p>体調が悪い人、手や指にけがをしている人は、先生に相談する。</p> 

(仕入材料等の都合により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。)