

ご入学・ご進級おめでとうございます。

色とりどりの花が咲きほこる中、元気いっぱいの新入生を迎え、
新年度の学校生活がスタートしました！

今年度も、安全・安心でおいしい給食を提供できるよう、一同
で力を合わせて頑張りますので、どうぞよろしくお願いします。

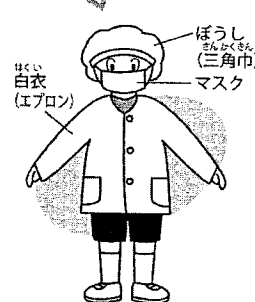


たべるまえのやくそく

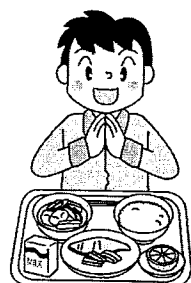
てあらい



みじたく



いただきます



6年生が2月の授業で、バランスのよい給食、献立も考えた！

4/20のこんだて トマトのはちみつレモンづけは、私もお好きでした。給食に、
赤坂小学校 内田 妃真里 出たこともなくておいしいです。

4/27のこんだて 大好きなさばの塩焼きを入れました。和食にしました。
千早赤坂小学校 継若 晃太

月	火	水	木	金
11 エネルギー たんぱく質 脂質 839 kcal 31.9 g 22.7 g 豆まめごはん しやもの天ぷら ゆかり漬け すまし汁 牛乳 	12 エネルギー たんぱく質 脂質 887 kcal 26.1 g 31.6 g レーズンパン 豆乳デザート ジャがいものマヨネーズ焼き アスパラガスとコーンのソテー にんじんポタージュ 牛乳 	13 エネルギー たんぱく質 脂質 851 kcal 23.4 g 22.5 g ごはん 牛乳 鶏肉のカシューナッツ炒め ビリカラきゅうり 春雨スープ 大学いも 	14 家庭訪問 	15 家庭訪問
18 家庭訪問 	19 エネルギー たんぱく質 脂質 863 kcal 38.5 g 27.8 g コッペパン 手作りいちごジャム シーフードグラタン ゆでブロッコリー 牛乳 ミネストラスープ ジョア 	20 エネルギー たんぱく質 脂質 848 kcal 35.0 g 26.6 g ごはん みかんゼリー 煮込み風ハンバーグ 牛乳 トマトのはちみつレモン漬け 大根とウインナーのスープ 煮 	21 エネルギー たんぱく質 脂質 834 kcal 36.9 g 21.5 g 栗赤飯 牛乳 えびの天ぷら 小松菜の大豆粉和え かきたま汁 いちご 	22 エネルギー たんぱく質 脂質 797 kcal 30.8 g 22.6 g 黒糖パン はち蜜乳 スパニッシュオムレツ ほうれん草とコーンのソテー もやしスープ
25 エネルギー たんぱく質 脂質 745 kcal 25.1 g 15.0 g 小きつねずし めざし 小松菜のみそ汁 フルーツ白玉 牛乳 	26 エネルギー たんぱく質 脂質 844 kcal 33.3 g 28.2 g コッペパン 牛乳 ポークシチュー 豆とひじきのごまマヨ和え いちごのパパロア 	27 エネルギー たんぱく質 脂質 826 kcal 32.3 g 28.8 g おにぎり 牛乳 さばの塩焼き ほうれん草のおひたし みそ汁 すだちゼリー 	28 エネルギー たんぱく質 脂質 872 kcal 41.4 g 20.4 g たけのこご飯 牛乳 かつおの揚げ煮 ブロッコリーのごま和え あさり汁 かしわもち 	29 昭和の日 昨年の職業体験に来てくれた中学生が、給食メニューを考えてくれました♪ 4月26日 いちごのパパロア 5月(予定) コーンとエビのかき揚げ あんかけ焼きそば ありがとう！お楽しみに♪



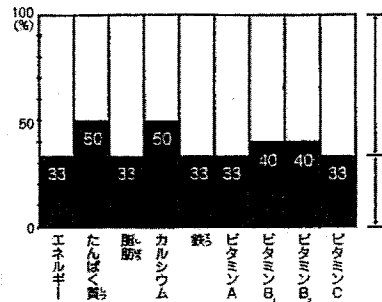
学校給食について



学校給食は、ただ単に「学校で食べる昼食」ということだけでなく、教育活動の一環として位置付けられており、栄養バランスのとれた食事を提供することで、成長期にある子どもたちの心身の健康を増進し、体位の向上を図ることや、食に関する指導の生きた教材となるように、考えて作られています。

給食の栄養

1日に必要な栄養量の1/3～1/2をとれるよう献立を考えています。



家庭の食事でも必要な栄養量

給食に必要な栄養量



学校給食の目標

「学校給食法」第二条より



健康

適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。



知性

日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。



学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。



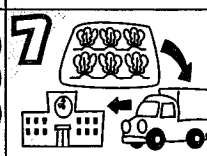
食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。



食生活が食に関わる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。



わが国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。



食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。

地産地消

村内産、近隣産で収穫されたものを積極的に使用しています。H27年度は約3800kgの野菜や果物を給食に使うことができました。

また、千早赤阪村で昔から食べられてきた郷土食、粉豆腐を使った料理を給食に取り入れ、地域の食文化について伝えています。



食育

給食時間や教科に関連した食に関する指導を行っています。給食献立を教材にして、バランスの良い食事の組み合わせを考える学習などを行っています。



給食センターHPで食育のようが見られます！



月	火	水	木	金
11	12	13	14	15
牛乳 豆まめごはん 48.5 黄 餅米 19.5 黄 味噌汁 19.1 赤 大豆 6.5 赤 寒天こんにゃく 52.0 黄 にんじん 26.0 黄 けずり粉 2.0 黄 だし昆布 0.7 黄 だししょうゆ 0.7 黄 自然塩 0.4 黄 みりん 2.0 黄 米白飯 0.7 黄 ししゃも 40.0 赤 小豆 12.0 黄 でんぷん 2.0 黄 ベーキングパウダー 0.1 黄 米白飯 4.0 黄	レーズンパン じゃがいも 40.0 黄 玉葱 25.0 黄 ポークウインナー 20.0 赤 パセリ 1.0 黄 マヨネーズ 7.0 黄 オリーブ油 0.3 黄 自然塩 0.3 黄 こしょう 0.1 黄 アスパラガス 13.0 緑 キャベツ 19.5 緑 ホールコーン 10.4 緑 玉葱 6.5 緑 パター 1.3 黄 自然塩 0.2 黄 こしょう 0.1 黄 牛乳 じゃがいも 40.0 黄 玉葱 25.0 黄 ポークウインナー 20.0 赤 パセリ 1.0 黄 マヨネーズ 7.0 黄 オリーブ油 0.3 黄 自然塩 0.3 黄 こしょう 0.1 黄 アスパラガス 13.0 緑 キャベツ 19.5 緑 ホールコーン 10.4 緑 玉葱 6.5 緑 パター 1.3 黄 自然塩 0.2 黄 こしょう 0.1 黄 牛乳 じゃがいも 40.0 黄 玉葱 25.0 黄 ポークウインナー 20.0 赤 パセリ 1.0 黄 マヨネーズ 7.0 黄 オリーブ油 0.3 黄 自然塩 0.3 黄 こしょう 0.1 黄 アスパラガス 13.0 緑 キャベツ 19.5 緑 ホールコーン 10.4 緑 玉葱 6.5 緑 パター 1.3 黄 自然塩 0.2 黄 こしょう 0.1 黄	ごはん(S) 鶏肉のガッシュ 32.5 赤 鶏肉 39.0 黄 カシューナッツ 6.5 黄 パプリカ 13.0 緑 酒 3.9 黄 しょうゆ 3.3 黄 砂糖 2.6 黄 みりん 1.3 黄 自然塩 0.1 黄 こしょう 0.1 黄 でんぷん 2.6 黄 米白飯 3.9 黄 牛乳 鶏肉のガッシュ 32.5 赤 鶏肉 39.0 黄 カシューナッツ 6.5 黄 パプリカ 13.0 緑 酒 3.9 黄 しょうゆ 3.3 黄 砂糖 2.6 黄 みりん 1.3 黄 自然塩 0.1 黄 こしょう 0.1 黄 でんぷん 2.6 黄 米白飯 3.9 黄 牛乳 鶏肉のガッシュ 32.5 赤 鶏肉 39.0 黄 カシューナッツ 6.5 黄 パプリカ 13.0 緑 酒 3.9 黄 しょうゆ 3.3 黄 砂糖 2.6 黄 みりん 1.3 黄 自然塩 0.1 黄 こしょう 0.1 黄 でんぷん 2.6 黄 米白飯 3.9 黄	家庭訪問 えびの天ぷら 60.0 赤 小豆 12.0 黄 でんぷん 2.0 黄 ベーキングパウダー 0.1 黄 自然塩 0.6 黄 こしょう 0.2 黄 だし昆布 0.7 黄 だししょうゆ 7.8 黄 でんぷん 2.6 黄 牛乳 えびの天ぷら 60.0 赤 小豆 12.0 黄 でんぷん 2.0 黄 ベーキングパウダー 0.1 黄 自然塩 0.6 黄 こしょう 0.2 黄 だし昆布 0.7 黄 だししょうゆ 7.8 黄 でんぷん 2.6 黄 牛乳 えびの天ぷら 60.0 赤 小豆 12.0 黄 でんぷん 2.0 黄 ベーキングパウダー 0.1 黄 自然塩 0.6 黄 こしょう 0.2 黄 だし昆布 0.7 黄 だししょうゆ 7.8 黄 でんぷん 2.6 黄	家庭訪問 スパニッシュオムレツ 66.5 黄 玉葱 26.6 黄 ポークウインナー 19.5 赤 にんじん 6.5 緑 ビーマン 6.5 緑 どんこつ 13.0 黄 自然塩 0.8 黄 オリーブ油 0.7 黄 こしょう 0.1 黄 でんぷん 1.3 黄 牛乳 スパニッシュオムレツ 66.5 黄 玉葱 26.6 黄 ポークウインナー 19.5 赤 にんじん 6.5 緑 ビーマン 6.5 緑 どんこつ 13.0 黄 自然塩 0.8 黄 オリーブ油 0.7 黄 こしょう 0.1 黄 でんぷん 1.3 黄 牛乳 スパニッシュオムレツ 66.5 黄 玉葱 26.6 黄 ポークウインナー 19.5 赤 にんじん 6.5 緑 ビーマン 6.5 緑 どんこつ 13.0 黄 自然塩 0.8 黄 オリーブ油 0.7 黄 こしょう 0.1 黄 でんぷん 1.3 黄
18	19	20	21	22
家庭訪問 じゃがいも 40.0 黄 玉葱 25.0 黄 ポークウインナー 20.0 赤 パセリ 1.0 黄 マヨネーズ 7.0 黄 オリーブ油 0.3 黄 自然塩 0.3 黄 こしょう 0.1 黄 アスパラガス 13.0 緑 キャベツ 19.5 緑 ホールコーン 10.4 緑 玉葱 6.5 緑 パター 1.3 黄 自然塩 0.2 黄 こしょう 0.1 黄 牛乳 じゃがいも 40.0 黄 玉葱 25.0 黄 ポークウインナー 20.0 赤 パセリ 1.0 黄 マヨネーズ 7.0 黄 オリーブ油 0.3 黄 自然塩 0.3 黄 こしょう 0.1 黄 アスパラガス 13.0 緑 キャベツ 19.5 緑 ホールコーン 10.4 緑 玉葱 6.5 緑 パター 1.3 黄 自然塩 0.2 黄 こしょう 0.1 黄	コッペパン シーフードグラタン 15.0 赤 じゃがいも 35.0 黄 玉葱 25.0 黄 マッシュルーム缶詰 10.0 緑 にんじん 0.3 黄 パター 1.0 黄 自然塩 0.2 黄 ポークウインナー 30.0 赤 白ワイン 2.0 黄 自然塩 0.2 黄 こしょう 0.1 黄 パセリ 1.0 黄 ナチュラチーズ 5.0 赤 パン粉 1.0 黄 牛乳 シーフードグラタン 15.0 赤 じゃがいも 35.0 黄 玉葱 25.0 黄 マッシュルーム缶詰 10.0 緑 にんじん 0.3 黄 パター 1.0 黄 自然塩 0.2 黄 ポークウインナー 30.0 赤 白ワイン 2.0 黄 自然塩 0.2 黄 こしょう 0.1 黄 パセリ 1.0 黄 ナチュラチーズ 5.0 赤 パン粉 1.0 黄	ごはん(S) 鶏肉のガッシュ 32.5 赤 鶏肉 39.0 黄 カシューナッツ 6.5 黄 パプリカ 13.0 緑 酒 3.9 黄 しょうゆ 3.3 黄 砂糖 2.6 黄 みりん 1.3 黄 自然塩 0.1 黄 こしょう 0.1 黄 でんぷん 2.6 黄 米白飯 3.9 黄 牛乳 鶏肉のガッシュ 32.5 赤 鶏肉 39.0 黄 カシューナッツ 6.5 黄 パプリカ 13.0 緑 酒 3.9 黄 しょうゆ 3.3 黄 砂糖 2.6 黄 みりん 1.3 黄 自然塩 0.1 黄 こしょう 0.1 黄 でんぷん 2.6 黄 米白飯 3.9 黄	栗赤飯 えびの天ぷら 60.0 赤 小豆 12.0 黄 でんぷん 2.0 黄 ベーキングパウダー 0.1 黄 自然塩 0.6 黄 こしょう 0.2 黄 だし昆布 0.7 黄 だししょうゆ 7.8 黄 でんぷん 2.6 黄 牛乳 えびの天ぷら 60.0 赤 小豆 12.0 黄 でんぷん 2.0 黄 ベーキングパウダー 0.1 黄 自然塩 0.6 黄 こしょう 0.2 黄 だし昆布 0.7 黄 だししょうゆ 7.8 黄 でんぷん 2.6 黄	黒糖パン スパニッシュオムレツ 66.5 黄 玉葱 26.6 黄 ポークウインナー 19.5 赤 にんじん 6.5 緑 ビーマン 6.5 緑 どんこつ 13.0 黄 自然塩 0.8 黄 オリーブ油 0.7 黄 こしょう 0.1 黄 でんぷん 1.3 黄 牛乳 スパニッシュオムレツ 66.5 黄 玉葱 26.6 黄 ポークウインナー 19.5 赤 にんじん 6.5 緑 ビーマン 6.5 緑 どんこつ 13.0 黄 自然塩 0.8 黄 オリーブ油 0.7 黄 こしょう 0.1 黄 でんぷん 1.3 黄
25	26	27	28	29
牛乳 小豆 12.0 黄 餅米 19.5 黄 味噌汁 19.1 赤 大豆 6.5 赤 寒天こんにゃく 52.0 黄 にんじん 26.0 黄 けずり粉 2.0 黄 だし昆布 0.7 黄 だししょうゆ 0.7 黄 自然塩 0.4 黄 みりん 2.0 黄 米白飯 0.7 黄 ししゃも 40.0 赤 小豆 12.0 黄 でんぷん 2.0 黄 ベーキングパウダー 0.1 黄 米白飯 4.0 黄	コッペパン シーフードグラタン 15.0 赤 じゃがいも 35.0 黄 玉葱 25.0 黄 マッシュルーム缶詰 10.0 緑 にんじん 0.3 黄 パター 1.0 黄 自然塩 0.2 黄 ポークウインナー 30.0 赤 白ワイン 2.0 黄 自然塩 0.2 黄 こしょう 0.1 黄 パセリ 1.0 黄 ナチュラチーズ 5.0 赤 パン粉 1.0 黄 牛乳 シーフードグラタン 15.0 赤 じゃがいも 35.0 黄 玉葱 25.0 黄 マッシュルーム缶詰 10.0 緑 にんじん 0.3 黄 パター 1.0 黄 自然塩 0.2 黄 ポークウインナー 30.0 赤 白ワイン 2.0 黄 自然塩 0.2 黄 こしょう 0.1 黄 パセリ 1.0 黄 ナチュラチーズ 5.0 赤 パン粉 1.0 黄	おにぎり えびの天ぷら 60.0 赤 小豆 12.0 黄 でんぷん 2.0 黄 ベーキングパウダー 0.1 黄 自然塩 0.6 黄 こしょう 0.2 黄 だし昆布 0.7 黄 だししょうゆ 7.8 黄 でんぷん 2.6 黄 牛乳 えびの天ぷら 60.0 赤 小豆 12.0 黄 でんぷん 2.0 黄 ベーキングパウダー 0.1 黄 自然塩 0.6 黄 こしょう 0.2 黄 だし昆布 0.7 黄 だししょうゆ 7.8 黄 でんぷん 2.6 黄	牛乳 えびの天ぷら 60.0 赤 小豆 12.0 黄 でんぷん 2.0 黄 ベーキングパウダー 0.1 黄 自然塩 0.6 黄 こしょう 0.2 黄 だし昆布 0.7 黄 だししょうゆ 7.8 黄 でんぷん 2.6 黄	昭和の日 えびの天ぷら 60.0 赤 小豆 12.0 黄 でんぷん 2.0 黄 ベーキングパウダー 0.1 黄 自然塩 0.6 黄 こしょう 0.2 黄 だし昆布 0.7 黄 だししょうゆ 7.8 黄 でんぷん 2.6 黄 牛乳 えびの天ぷら 60.0 赤 小豆 12.0 黄 でんぷん 2.0 黄 ベーキングパウダー 0.1 黄 自然塩 0.6 黄 こしょう 0.2 黄 だし昆布 0.7 黄 だししょうゆ 7.8 黄 でんぷん 2.6 黄