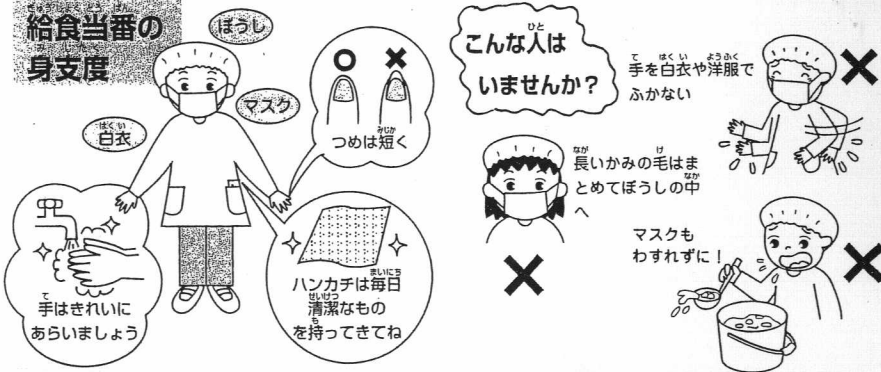


入学・進級おめでとう!

色とりどりの花が咲きほころぶ中、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! みなさん、期待に胸をふくらませているのではないのでしょうか。環境が変わるこの季節は、緊張や不安から体調をくずしやすくなる時でもあります。睡眠をしっかりと、朝食を食べて登校するようにしましょう。今年度も、安全・安心でおいしい給食を提供できるよう、一同力を合わせて頑張りますので、どうぞよろしくお願ひします。

給食当番の身支度



月	火	水	木	金																														
<p>献立表の日付の見かた</p> <ul style="list-style-type: none"> 小学校のみ 小学校・幼稚園 小学校・中学校 幼・小・中 全てあります! 	<p>8</p> <p>しぎょうしき</p>	<p>9</p> <p>まめめごはん ぎゅうにゅう しやものてんぷら ゆかりづけ すまじる あまなつまかん</p>	<p>10</p> <p>こぎつねずし ぎゅうにゅう いわしのみりんぼし こまつなのみそしる フルーツしらたま</p>	<p>11</p> <p>コッペンパン ぎゅうにゅう てづくりいちごジャム シーフードグラタン ゆでブロッコリー ミネストラスープ</p>																														
<p>14</p> <p>ごはん ぎゅうにゅう マーボーどうふ こまつなとはるさめのいためもの ネーブル</p>	<p>15</p> <p>こくらパン ぎゅうにゅう ハンバーグ あげじゃが ジュリエンスープ リンゴミニゼリー</p>	<p>16</p> <p>ごはん ぎゅうにゅう さばのみそに りんご きりぼしだいごんののもの うちまめのおつゆ</p>	<p>17</p> <p>カレーライス わかめサラダ バナナ ぎゅうにゅう</p>	<p>18</p> <p>ごはん ぎゅうにゅう とりにくのかシューナッツいため はるさめスープ ピリカラきゅうり だいがくいも</p>																														
<p>21</p> <p>りせきはん ぎゅうにゅう えびのてんぷら ほうれんそうのおひたし かきたまじる いちご</p>	<p>22</p> <p>コッペンパン ぎゅうにゅう ビーフシチュー まめとひじきのごまマヨあえ ヨーグルト</p>	<p>23</p> <p>たらこスバゲタイ ぎゅうにゅう もやしサラダ みそスープ キウイフルーツ</p>	<p>24</p> <p>たけのごはん ぎゅうにゅう めざし かみかみだいず チンゲンサイのアーモンドあえ ゆばのすまじる</p>	<p>25</p> <p>コッペンパン ぎゅうにゅう チキンピカタ キャベツとコーンのソテー じゃがいもポタージュ</p>																														
<p>28</p> <p>わかめごはん ぎゅうにゅう かつおのあげに ブロッコリーのごまあえ あさりじる かしわもち</p>	<p>29</p> <p>しょうわのひ</p>	<p>30</p> <p>ごはん ぎゅうにゅう いかのチリソースに ごまだんご チンゲンサイのいためもの きのこのちゅうかふうスープ</p>	<p>給食のごはんの量について</p> <p>白ごはんやすじごはんなどの量は学年によって違います。またその日の献立によっても違います。</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>幼稚園</th> <th>低学年</th> <th>中学年</th> <th>高学年</th> <th>中学校</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>ごはんS</td> <td>100g</td> <td>130g</td> <td>155g</td> <td>175g</td> <td>210g</td> </tr> <tr> <td>ごはんM</td> <td>100g</td> <td>140g</td> <td>165g</td> <td>185g</td> <td>220g</td> </tr> <tr> <td>炊き込み</td> <td>150g</td> <td>170g</td> <td>200g</td> <td>230g</td> <td>260g</td> </tr> <tr> <td>おにぎり</td> <td>100g</td> <td>100g</td> <td>100g</td> <td>100g</td> <td>100g</td> </tr> </tbody> </table>			幼稚園	低学年	中学年	高学年	中学校	ごはんS	100g	130g	155g	175g	210g	ごはんM	100g	140g	165g	185g	220g	炊き込み	150g	170g	200g	230g	260g	おにぎり	100g	100g	100g	100g	100g
	幼稚園	低学年	中学年	高学年	中学校																													
ごはんS	100g	130g	155g	175g	210g																													
ごはんM	100g	140g	165g	185g	220g																													
炊き込み	150g	170g	200g	230g	260g																													
おにぎり	100g	100g	100g	100g	100g																													

記載している給食日は小学校を基準としています。各校園ごとの実施日については学校だより等をご確認下さい。また、エネルギー、たんぱく質、脂質は小学校中学年の量を記載しています。

学校給食の目標

健康の保持・増進

社交性と協調の精神を養う

のびのびとした食習慣をつくる

勤労を重んずる態度

学校給食は教育活動の一環として実施されるもので、7つの目標が定められています。

生命・自然への感謝と環境保全

生産、流通、消費についての理解

伝統的な食文化への理解

自然の恵みに感謝

給食がとどくまでの道のりを知ろう

昔ながらの食べ物を大切に



火

水

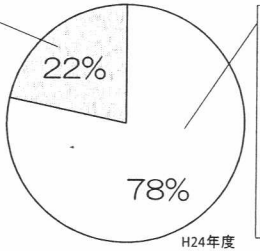
木

金

給食の費用

保護者負担は食材料費だけです

保護者負担 約272円 /1食 (小学校高学年の場合)



村負担 約985円 /1食 (人件費、光熱水費、修繕費など)

Table of food items and quantities for days 9, 10, 11, 14, 15, 16, 17, 18, 21, 22, 23, 24, 25, 28, 29, 30.

14

15

16

17

18

21

22

23

24

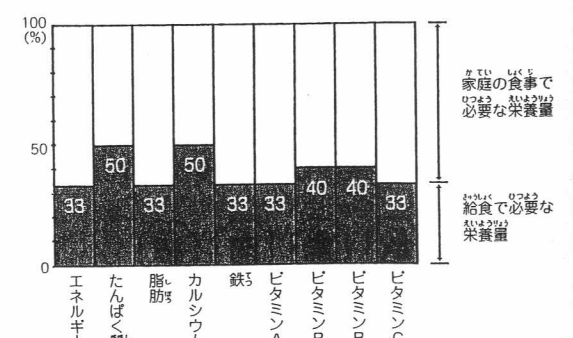
25

28

29

30

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。



【栄養三色】 黄: ちからや熱になる(炭水化物、脂肪) 赤: からだをつくる(たんぱく質、ミネラル) 緑: からだの調子をととのえる(ビタミン、ミネラル、食物繊維) ★印は千早赤阪村産、☆印は河南町産です。 ※材料入荷の都合などにより内容を変更する場合があります。ご了承ください。