

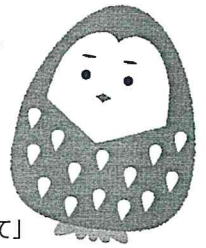
ご入学・ご進級おめでとうございます。

色とりどりの花が咲きほころ中、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、どうぞよろしくお祈りします。



ちはや姫の妹いちごが

給食に登場します！



「ちはや姫、美味しいらしい」「村で生まれたんやって」「給食で食べてみたいなあ」と、村のいちごに興味を持っているみなさん！
あの「ちはや姫」の、妹いちごが学校給食に登場します！
村の生産者さんから、「村の子ども達に美味しいいちごを食べてもらいたい」と、
ちはや姫と同じ品種で小ぶりのいちごを特別にわけてもらえることになりました。
12日は手づくりジャムとして、22日は入学お祝い献立のデザートとして登場します。
美味しい、村のいちごを味わってみてくださいね♪



ちはや姫

ちはや姫は、品種は紅ほっぺ、1粒40g以上で、旬は1～2月、1粒約300円。道の駅ちはやあかざかでは、ちはや姫の他にも、お手頃で新鮮ないちごが販売されています。

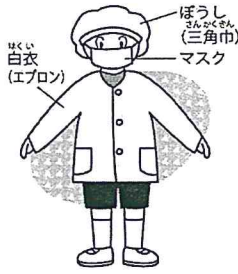
「朝採り×大粒×完熟」。違わずのプレミアムいちご。ガクの際まで赤くなるギリギリを待って朝に摘む、果汁あふれるとっても贅沢ないちごです。楠木正成の息女といわれている「千早姫」がモデルで、「お姫様のように愛らしく、華やかな美味しいいちご」という意味が込められています。

食べるまえのやくそく

てあらい



みじたく



いただきます



月	火	水	木	金
8	9	10	11	12
しぎょうしき	きゅうしよくなし	まめまめごはん ぎゅうにゅう しゃもてんぶら ゆかりづけ すまじる	ごはん ぎゅうにゅう とりくのかシューナッツいため チンゲンサイのじゃこあえ はるさめスープ だいがくいも	コッペパン おらのイチゴのジャム シーフードグラタン ゆでブロッコリー ぎゅうにゅう ミネストラスープ
15	16	17	18	19
ごはん ぎゅうにゅう マーボー豆腐 ピリカラきゅうり りんご	コッペパン ぎゅうにゅう ケチャップフランク キャベツのカレーソテー コーンポタージュ	ごはん ぎゅうにゅう ハンバーグ あげじゃが ぶどうミニゼリー ジュリエンスープ	カレーライス わかめサラダ バナナ ぎゅうにゅう	ことうパン はっこうにゅう スパニッシュオムレツ ほうれんそうとコーンのソテー もやしスープ
22	23	24	25	26
くりせきはん ぎゅうにゅう ささみのてんぶら かきたまじる はくさいのおひたし おらのいちご	コッペパン ぎゅうにゅう ポークシチュー まめとひじきのごまマヨあえ あまなつゼリー	こきつねずし こまつなのみそしる フルーツしらたま ぎゅうにゅう	たけのこごはん 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	たらこスバゲティー もやしサラダ みそスープ オレンジ ぎゅうにゅう

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。

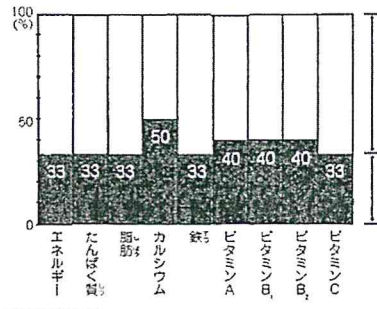
学校給食について



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。



※この数値は、毎日の食事でも必要とされている栄養量を示しています。

※この数値は、毎日の食事でも必要とされている栄養量を示しています。

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。
- 知識**
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。
- 生活**
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。
- 自然**
食生活が自然の恵み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。
- 活動**
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、労働を重んずる態度を養うこと。
- 文化**
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。
- 流通**
食料の生産、流通及び消費について、正しい理解を導くこと。

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。H30年度は約3700kg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きます。

食育

給食時間や教科と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もしています。



給食センターHPで食育のようが見られます!



月 火 水 木 金

献立表の日付の見かた



小学校のみ
小学校・幼稚園
中学校は別の献立表です



10	11	12	15	16	17	18	19	22	23	24	25	26
豆まめごはん 米 65g 大豆 20g 胡麻 15g 人参 10g 味噌汁 10g ... (rest of menu for day 10)	ごはん(M) 鶏肉の咖喱炒め 5g 春雨スープ 5g ... (rest of menu for day 11)	コッパン シーフードグラタン 15g ミネストラスープ 10g ... (rest of menu for day 12)	ごはん(M) マーボー豆腐 80g ... (rest of menu for day 15)	コッパン ケチャップフランク 40g コーンポタージュ 35g ... (rest of menu for day 16)	ごはん(S) ハンバーグ 64g ジュリエンスープ 15g ... (rest of menu for day 17)	ごはん(M) カレー 26g わかめサラダ 35g ... (rest of menu for day 18)	黒糖パン はっ酵乳 50g ... (rest of menu for day 19)	乗赤飯 ささみの天ぷら 25g ... (rest of menu for day 22)	コッパン ポークシチュー 30g 豆とひじきのごまマヨネーズ 18g ... (rest of menu for day 23)	すしごはん(S) 小きつねずし 10g 小松菜のみそ汁 30g ... (rest of menu for day 24)	牛乳 たけのこご飯 60g ... (rest of menu for day 25)	牛乳 たらのこスパゲティ 60g ... (rest of menu for day 26)

【栄養三色】黄：白からや熱になる(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。