

日(曜)	牛乳	主食 おかず	献立の食材料	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
12(水)		お赤飯	もち米 米 あずき ごま	712	29.3
		鶏の照り揚げ	鶏肉 片栗粉 米粉 油 しょうが 砂糖		
		磯香和え	こまつな もやし のり		
		菜の花のすまし汁	わかめ ねぎ かまぼこ 菜の花 こまつな		
13(木)		二色揚げパン(キャラメル・ピンク)	パン 油 キャラメル ビーツ 砂糖	766	30.6
		豆腐のスープ煮	豆腐 鶏肉 ほたて たまねぎ にんじん こまつな だいこん きくらげ 油 片栗粉		
		春雨サラダ	春雨 キャベツ きゅうり もやし ハム 砂糖 油		
14(金)		(麦ご飯)	米 麦	666	24.3
		ポークカレー	豚肉 小麦粉 バター たまねぎ じゃがいも にんじん アップルソース セロリー はちみつ チャツネ トマト チーズ		
		手作り福神漬け	きゅうり だいこん れんこん しょうが 砂糖		
		春のヨーグルトジュレ	アセロラ ヨーグルト 砂糖 はちみつ りんご缶		
18(火)		はちみつレモン toast	パン マーガリン はちみつ レモン 砂糖	837	30.1
		ポークビーンズ	白いんげん豆 グリンピース 油 トマト チーズ 砂糖 ベーコン 豚肉 にんじん じゃがいも たまねぎ にんにく		
		海藻サラダ	海藻 こまつな きゅうり だいこん とうもろこし 砂糖 油 ごま		
19(水)		白飯	米	737	29.5
		鯖の味噌焼き 香漬け	鯖 きゅうり キャベツ しょうが		
		せんべい汁	南部せんべい 豚肉 こまつな だいこん ごぼう にんじん ねぎ 油		
		いちご	いちご		
20(木)		白飯 ふりかけ	米 麦 かつお節 昆布 ごま 砂糖	712	29.8
		新じゃがのそぼろ煮	じゃがいも 鶏肉 たまねぎ にんじん 干しいたけ しょうが グリンピース 油 砂糖 片栗粉		
		春キャベツのからし和え	キャベツ こまつな とうもろこし		
21(金)		<b>日本味めぐり (鹿児島県)</b>	米 砂糖 にんじん かまぼこ 干しいたけ さつま揚げ たけのこ 砂糖 さやえんどう 卵 さつまいも かぼちゃ ごぼう しょうが 小麦粉 卵 砂糖 豆腐 油 鶏肉 さといも だいこん こんにゃく ごぼう にんじん ねぎ 油 みそ でこぼん	748	25.8
		春野菜のスパゲティ	スパゲッティ えび あさり ベーコン キャベツ たまねぎ バター 菜の花 アスパラガス トマト 牛乳 小麦粉	835	29.2
		アーモンドサラダ	油 きゅうり キャベツ にんじん アーモンド たまねぎ 砂糖		
25(火)		アリスのタルト	タルト チーズ いちご 砂糖 生クリーム	720	28.4
		たけのご飯	鶏肉 油揚げ たけのこ 砂糖		
		きびなごのかりかり揚げ	きびなご 油 小麦粉		
		ごま和え	こまつな もやし 砂糖 ごま		
26(水)		じゃがいものみそ汁	じゃがいも たまねぎ 油揚げ こまつな みそ わかめ	808	32.2
		<b>世界味めぐり (タンザニア)</b>	米 麦 バター じゃがいも 油 鶏肉 たまねぎ 油 金時豆 豚肉 たまねぎ にんじん セロリー にんにく トマト 油 牛乳 バナナ 卵 牛乳 生クリーム バター 砂糖 小麦粉		
		白飯	米		
27(木)		マーボー豆腐	豆腐 油 にんにく しょうが 豚肉 たまねぎ たけのこ にんじん ねぎ 干しいたけ みそ 砂糖	706	31.3
		茎わかめのピリ辛和え	茎わかめ きゅうり もやし 砂糖 にんにく 油 ごま		
		「さいたま市民の日」の献立			
28(金)		さくら草ご飯	米 チンゲンサイ たくあん 卵 ごま	665	30.4
		モーカのあけぼの焼き	モーカザメ マヨネーズ ビーツ		
		こまつなサラダ	こまつな きゅうり とうもろこし きくらげ わかめ 油 砂糖		
		祝い汁	豆腐 わかめ なんと こねぎ		

平均栄養価

エネルギー(kcal) たんぱく質(g)  
740 29.4

毎月、「世界味めぐり」と「日本味めぐり」という企画で、各地域の特色ある料理を給食にアレンジして提供しています。献立は当日のお楽しみです。



## ～献立紹介～

- 12日 鶏の照り揚げ・・・鶏の唐揚げに照り焼きのたれをかけます。
- 13日 二色揚げパン(キャラメル・ピンク)・・・①キャラメル味と②ビーツで色をつけたピンク色との二色揚げパンです。
- 14日 春のヨーグルトジュレ・・・ヨーグルトにアセロラジュレと桜の形のゼリーが入った春らしいデザートです。
- 24日 春野菜のスパゲティ・・・春野菜のキャベツ、アスパラガス、菜の花の入ったペペロンチーノ味のスパゲティです。
- 24日 アリスのタルト・・・4月23日～5月12日は「子ども読書週間」です。「不思議な国のアリス」に登場するタルトがです。
- 28日 5月1日の「さいたま市の日」にちなんだ献立です。  
 さくら草ご飯・・・さいたま市の花であるさくら草の様にピンクの色のつけものが入ったご飯です。米はさいたま市産です。  
 モーカのあけぼの焼き・・・モーカと言う白身魚にピンク色のマヨネーズをかけて焼いたものです。ビーツでピンクにします。  
 小松菜サラダ・・・さいたま市産のこまつなときくらげ、たまねぎが入ったサラダです。

# 給食たより 4月

## ご入学 ご進級 おめでとうございます!

学校給食は栄養バランスのとれた食事によって、子どもたちの健康や体の成長を支えています。また、「食に関する指導」をするための重要な教材として、望ましい食習慣と食に関する正しい知識や実践力を身につけさせる役割も担っています。学校給食は下記の7つの目標を掲げて「食」について学ぶ、大切な教育活動の一環として実施されています。各ご家庭におかれましても、より一層のご協力をお願い

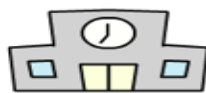
### 学校給食の目標

①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。



②日常生活における正しい食事について深い理解を深め、健全な食生活を送る能力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。

③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。



④食生活が自然の恵みの上に成り立つものであること、並びに自然環境の保全を尊重する態度を養うこと。

⑤食生活が食にかかわる人々の様々であ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。

⑥我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。



⑦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。



### 給食費・給食回数について

給食費は、**1ヶ月5,130円(1食317円)**です。給食費は食材料費のみに使われ、給食を作るために必要な人件費・光熱費・水道費・施設設備費等はさいたま市が負担しています。給食の提供回数は、**1,2年生は年間178回、3年生は162回**です。**給食費の減額は、連続5日を越えて欠食の場合に、届出の翌々日からとなります。連続5日以内の欠食は減額しません。**

**オンライン授業等で給食をストップする場合は、必ず書面(ホームページに書式があります)でお願いします。**



### 岸中学校の給食を担当するのは

栄養教諭は **入 あかね**  
調理は委託会社 **ジェービーエム**です。  
生徒たちに安全な食事を提供するため、がんばります。  
よろしくお願ひします。



### 学校給食は 生きた教材です

私たちは学校給食が、食に関する知識や実践力を身につけるために、大切な教材となるよう心掛けています。



埼玉県産の地場産物を活用して、地産地消を心掛けてしています。

毎月の企画献立として  
◆世界の料理  
◆日本各地の郷土料理  
を実施しています。