

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)
10 (水)		お赤飯	もち米 米 あずき 油 ごま	711	32.8
		鶏肉の照り揚げ	鶏肉 片栗粉 米粉 油 砂糖 しょうが 片栗粉		
		磯香和え	こまつな もやし のり		
		春のすまし汁	わかめ ねぎ たけのこ かまぼこ 豆腐		
11 (木)		白飯	米	698	32.3
		マーボー豆腐	豆腐 油 砂糖 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 片栗粉		
		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		
12 (金)		(麦ご飯)	米 麦	807	24.2
		ポークカレー	豚肉 じゃがいも にんじん たまねぎ にんにく しょうが 油 トマト 小麦粉		
		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		
		白玉レモンパンチ	ぶどう レモン みかん缶 白玉団子 パナナ		
15 (月)		二色揚げパン(キャラメル・きな粉)	パン 油 キャラメル きなこ 砂糖	741	23.4
		トックスープ	トックもち 鶏肉 はくさい たまねぎ にんじん ねぎ しなちく ほうれんそう 油		
		春雨サラダ	春雨 キャベツ きゅうり もやし ハム 砂糖 油		
16 (火)		白飯	米	760	35.5
		豚肉と生揚げのみそ煮	生揚げ 砂糖 豚肉 にんじん たけのこ たまねぎ 油 みそ しょうが ねぎ 青ピーマン 片栗粉		
		ごま酢和え	こまつな もやし ごま 砂糖		
17 (水)		キムチチャーハン	米 麦 にんじん はくさいキムチ たまねぎ 焼き豚 ねぎ 油 青ピーマン	683	24.3
		飲茶セット(春巻き)	小麦粉 豚肉 ねぎ 春雨 しょうが にんにく でん粉 油		
		飲茶セット(ごま団子)	ごま 米粉 小豆 砂糖 いんげん豆 油 ラード 油 乳成分		
		わかめスープ	鶏肉 わかめ たまねぎ とうもろこし にんじん 油		
18 (木)		白飯	米	652	25.3
		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		
19 (金)		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	676	29.5
		白飯	白飯 米		
		鯖の味噌焼き	鯖の味噌焼き 鯖		
22 (月)		香漬け	香漬け きゅうり キャベツ しょうが	749	27.5
		沢煮焼	豚肉 片栗粉 ごぼう にんじん だいこん ねぎ 生揚げ こんにゃく 油		
		はちみつレモースト	パン マーガリン はちみつ レモン 砂糖		
		チキンピーンズ	ベーコン 鶏肉 にんじん じゃがいも たまねぎ にんにく 白いんげん豆 グリンピース 油 トマト 砂糖		
23 (火)		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	713	24.3
		日本味めぐり (鹿児島県)	米 砂糖 油 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 さつまいも かぼちゃ ごぼう しょうが しらす 小麦粉 卵 砂糖 豆腐 油 鶏肉 さつまいも 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		
		(麦ご飯)	米 麦		
24 (水)		親子丼	卵 鶏肉 にんじん たまねぎ たけのこ グリンピース 砂糖 片栗粉	835	37.3
		大豆と木の実の唐揚げ	大豆 アーモンド 油 砂糖		
		ゆかり和え	キャベツ きゅうり ゆかり		
25 (木)		たけのこご飯	米 麦 鶏肉 油揚げ たけのこ 砂糖	651	26.5
		きびなごのサクサク揚げ	きびなご 小麦粉 片栗粉 しょうが みそ コーンフラワー 油		
		おひたし	こまつな もやし キャベツ		
		新じゃがいものみそ汁	じゃがいも たまねぎ 油揚げ わかめ みそ		
26 (金)		ツナとトマトのスパゲティ	スパゲッティ いか ベーコン まぐろ水煮 トマト たまねぎ にんにく チーズ 油 パセリ	742	36.3
		ひじきのマリネ	ひじき 砂糖 ハム だいこん きゅうり にんじん 油 砂糖		
		手づくりカステラ	卵 砂糖 小麦粉 油 コンデンスミルク		
30 (火)		さくら草寿司	米 鶏肉 砂糖 油 にんじん かんぴょう 油揚げ 油 砂糖 かまぼこ 卵	697	32.6
		ラッキースコップコロッケ	豚肉 たまねぎ 砂糖 じゃがいも ケール きくらげ パン粉 油		
		ごま和え	こまつな もやし さとう ごま		
		祝い汁	豆腐 わかめ なた		

献立は都合により変更になることがあります。ご了承ください。

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・ピツ)・・・①キャラメル味と②ピ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。

さくら草寿司・・・さいたま市の花であるさくら草をイメージした寿司です。米はさいたま市産です。
ラッキースコップコロッケ・・・スコップコロッケとは、カップの中にコロッケの具材が入ったスプーンで食べるコロッケです。クラスに2人、星型の人参が入っていておかわり券がプレゼントしてついできます。



平均栄養価
エネルギー(kcal) 740
たんぱく質 29.4

給食だより 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します。

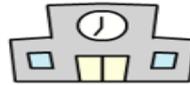
学校給食の目標

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、判断力を培い、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食生活が自然の恵の上で成り立つこと、並びに自然環境の保全に寄与すること。

⑤食生活が食にかか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。

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

令和6年4月から学校給食費の公会計化に伴いさいたま市の学校給食費の徴収・管理は、校長に代わってさいたま市が実施します。（詳しくはさいたま市のHPをご覧ください。）

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できません。



岸中学校の給食を担当するのは

栄養教諭は **いり 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。よろしくお願いします。



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。