

4月給食だより

令和6年4月5日
高岡市立成美小学校

しんねんど
新年度がスタートしました。あたがくねんせいかつきぼうきたいむね
新しい学年での生活に、希望や期待で胸がいっぱいのことでしょう。
がっこうせいかつじゅうじつ
学校生活を充実したものにすることは、なにけんこうたいせつからだうごにちしょく
何よりも健康が大切です。よく体を動かし、1日3食を
す
好ききらいせずしっかり食べ、たじゅうぶんすいみんけんこうからだ
十分な睡眠をとって、健康な体をつくりましょう。

がっこうきゅうしょく 学校給食について



★ 食事内容 ★

えいようりょう
栄養量については、1日に必要な量の1/3程度がとれるようになっています。ふそく
不足しがちなカル
シウムやビタミン類については、きゅうしょくおほ
給食で多くとれるようになっています。

おかず

にものやものあものいたもの
煮物、焼き物、揚げ物、炒め物、
しるものあもの
汁物、和え物と、バラエティに富ん
だ献立を心がけています。できる限
り、旬の食材や、地元の食材を取
り入れるようにしています。

だしは、料理によってりょうりこんぶ
昆布やかつ
お節、煮干し、うるめ削り等、天然の
ものを使い分けています。

牛乳

とやまけんさんぎゅうにゅうししょう
富山県産の牛乳を使用し
ています。せいちょうきこども
成長期の子供たち
に必要なたんぱく質やカルシ
ウムがほうふふく
豊富に含まれているこ
とから、まいにちつ
毎日付きます。

ごはん (火・水・木曜日、第3・5金曜日)

たかおかさんこめししょう
高岡産の米を使用。カレーの日は、むぎ
麦ごはんになります。
あります。きせつおうま
季節に応じた混ぜごはんの日もあります。

パン (月・第1・2・4金曜日)

しよく
食パンやコッペパンの他に、とやまけんさんこめこ
富山県産米粉を粉の50%
使用した米粉入りパンや、くによし
国吉りんごパン等が出ます。

まいつきにち
毎月19日ごろに、たかおかさんしょくざい
高岡産食材を
といたかおかしよくいくどんこんだて
取り入れた高岡食19(育)丼献立
をじっし
実施します。

ほんねんどあんぜん
本年度も、安全でおいしい給食づくりに努めますので、りかいきょうりよくねが
ご理解とご協力をお願いいたします。

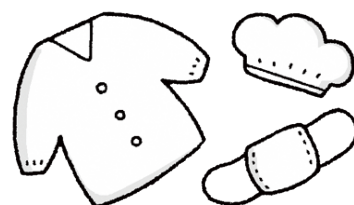
★ ご家庭へのお知らせとお願い ★

給食費について

「高岡市の学校給食費徴収額の改定について」でお知らせしたとおり、学校給食費の月額徴収額を5,800円に改定しました。令和6年度は、高岡市の補助により家庭からの徴収額は5,400円となります。連続して5日以上欠席される場合は給食を停止できます。ただし、給食費の返金は、欠食届の連絡があった日の翌日を起算日とし、3日後からになりますのでご了承ください。(いずれも学校休業日は含みません)

給食当番の白衣について

その週の当番の児童が、週末に家庭に持ち帰りますので、洗濯して、次の週の初日に持たせてください(アイロン不要)。



4月 よていこんだてひょう



高岡市立成美小学校

こんげつ きゅうしよくもくひょう たす あ きゅうしよく じゅんび
 今月の給食目標：みんなで助け合って給食の準備をしよう

日	主食 ぎゅうにゅう 牛乳	副食 (おかず)	赤の食品 (体をつくるもとになる)	黄の食品 (エネルギーのもとになる)	緑の食品 (体の調子を整えるもとになる)	エネルギー たんぱく質 脂質
8日 (月)	2~6年給食開始 しよくパン▲ ぎゅうにゅう▲	ハンバーグ ゆでやさい マカロニスープ スライスチーズ▲	ぎゅうにゅう▲ ハンバーグ ベーコン チーズ▲	パン▲ じゃがいも マカロニ	ブロッコリー にんじん キャベツ たまねぎ しめじ	618kcal 30.2g 24.7g
9日 (火)	1年給食開始 入学・進級お祝い献立 カレーライス▲ (むぎごはん) ぎゅうにゅう▲	(カレー▲) にくシューマイ キャベツときゅうりのあえもの おいわいゼリー	ぎゅうにゅう▲ ぶたにく にくシューマイ	むぎごはん じゃがいも サラダ油 ゼリー	たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり	663kcal 19.7g 18.1g
10日 (水)	ごはん ぎゅうにゅう▲	ふくらぎのみりんやき そくせきづけ あつあげとやさいのうまに	ぎゅうにゅう▲ ふくらぎ とりにく あつあげ こんぶ	ごはん じゃがいも さとう	しょうが はくさい きゅうり にんじん ふき	653kcal 29.0g 21.0g
11日 (木)	ごはん ぎゅうにゅう▲	ちくわのいしがきあげ●■ にまめ たまねぎのみそしる オレンジ	ぎゅうにゅう▲ ちくわ たまご● きんときまめ あぶらあげ みそ	ごはん こむぎこ ごま■ 油 さとう	だいこん たまねぎ にんじん ねぎ オレンジ	718kcal 27.3g 18.7g
12日 (金)	しよくパン▲ ぎゅうにゅう▲	ぶたにくのケチャップがらめ おはなばたけのサラダ はるさめスープ いちごジャム	ぎゅうにゅう▲ ぶたにく だいず とりにく	パン▲ 油 でんぷん さとう はるさめ ごま油 ジャム	ブロッコリー カリフラワー あかピーマン しょうが コーン にんじん しめじ はくさい ねぎ	651kcal 27.9g 24.5g
15日 (月)	1/2 コッペパン▲ ぎゅうにゅう▲	ソフトめんのミートソースかけ コーンエッグ● フルーツヨーグルトあえ▲	ぎゅうにゅう▲ ぶたにく だいず たまご● ヨーグルト▲	パン▲ ソフトめん サラダ油 さとう でんぷん	しょうが たまねぎ トマト にんじん マッシュルーム パセリ コーン りんご パイナップル みかん もも レーズン パナナ	692kcal 27.7g 18.5g
16日 (火)	ごはん ぎゅうにゅう▲	ししゃものフリッター さんしよくひたし■ えどっこに	ぎゅうにゅう▲ ししゃも きゅうりにく だいず こうやとうふ こんぶ	ごはん パンこ 油 ごま■ さとう	キャベツ ほうれんそう にんじん たけのこ ほししいたけ	710kcal 30.1g 27.2g
17日 (水)	郷土食献立 たけのこごはん ぎゅうにゅう▲	さけのマヨネーズやき● もやしのひたし とうふのすましじる あおりんごゼリー	ぎゅうにゅう▲ あぶらあげ さけ とうふ	ごはん さとう マヨネーズ● ふ ゼリー	たけのこ もやし にんじん きゅうり しいたけ ねぎ	619kcal 29.9g 18.7g
18日 (木)	ごはん ぎゅうにゅう▲	さばのホイルやき くきわかめのきんぴら◇■ かきたまじる●	ぎゅうにゅう▲ さば みそ くきわかめ◇ さつまあげ たまご●	ごはん さとう ごま■ ふ でんぷん	ごぼう にんじん いんげん たまねぎ にんじん	614kcal 25.4g 17.2g
19日 (金)	高岡食19并献立 春のカラフル五目丼 (ごはん) ぎゅうにゅう▲	(ごもくどんのぐ) こまつなとキャベツのごまあえ■ じゃがいものみそしる◇ ヨーグルト▲	ぎゅうにゅう▲ とりにく わかめ◇ みそ ヨーグルト▲	ごはん サラダ油 さとう ごま■ でんぷん じゃがいも	たまねぎ たけのこ にんじん しいたけ しょうが えだまめ こまつな キャベツ ねぎ	614kcal 24.7g 15.6g
22日 (月)	コッペパン▲ ぎゅうにゅう▲	なっばコロッケ▲ カラフルソテー ワントンスープ ピーチシャーベット	ぎゅうにゅう▲ ぶたにく	パン▲ なっばコロッケ▲ サラダ油 ワントン	キャベツ ピーマン あかピーマン きピーマン はくさい にんじん ほししいたけ ねぎ もも	611kcal 21.2g 22.5g
23日 (火)	ごはん (すくなめ) ぎゅうにゅう▲	やきさば ほうれんそうのごまみそ■ いなりうどん ぶどうゼリー	ぎゅうにゅう▲ さば みそ あぶらあげ かまぼこ	ごはん さとう ごま■ うどん ゼリー	キャベツ ほうれんそう えのきたけ たまねぎ にんじん ねぎ	712kcal 32.6g 25.0g
24日 (水)	ごはん ぎゅうにゅう▲	ほたるいかフライ◆ キャベツのしょうがあえ にくじゃが とうにゅうプリン	ぎゅうにゅう▲ ほたるいか◆ ぶたにく	ごはん じゃがいも さとう プリン	キャベツ きゅうり しょうが にんじん たまねぎ いんげん	655kcal 21.2g 17.8g
25日 (木)	ごはん ぎゅうにゅう▲	あかうおのカレーあげ あおなときりほしだいのひたし■ わかめのみそしる◇	ぎゅうにゅう▲ あかうお わかめ◇ あぶらあげ みそ	ごはん でんぷん 油 ごま■	こまつな キャベツ きりほしだいのこ にんじん えのきたけ ねぎ	655kcal 28.0g 24.0g
26日 (金)	コッペパン▲ ぎゅうにゅう▲	オムレツ● アスパラサラダ■ ビーフシチュー▲ れいとうパイ	ぎゅうにゅう▲ オムレツ● ぎゅうにく	パン▲ さとう サラダ油 ごま■ じゃがいも こむぎこ マーガリン▲	キャベツ グリーンアスパラガス きゅうり たまねぎ にんじん マッシュルーム パイナップル	622kcal 23.8g 22.6g
30日 (火)	ごはん ぎゅうにゅう▲	とりにくのてりやき ビーフソテー はるキャベツのスープ ほしプルーン	ぎゅうにゅう▲ とりにく ベーコン	ごはん さとう ビーフ サラダ油	もやし たまねぎ にんじん しょうが キャベツ コーン チンゲンサイ プルーン	641kcal 24.6g 14.0g

☆ 新1年生の給食は、9日(火)から始まります。

☆ 都合により献立を変更する場合があります。

☆ 食物アレルギー対応のため、次の食品が含まれる献立名の横に、印を付けました。参考にしてください。

卵 … ●、乳 … ▲、種実類 … ■、エビ・カニ・イカ・タコ・貝 … ◆、わかめ・ひじき・青のり・もずく…◇