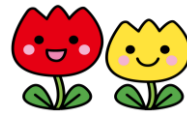


4月 こんだて表



令和8年度

神戸町学校給食センター

月	火	水	木	金
<p>給食が はじまります!</p>	<p>7日<幼稚園のみ></p> <p>シーキンとじゃがいものうまこ</p> <p>おしゆいデザート(幼)</p> <p>とうふハンバーグの やさいあんかけ</p> <p>わかめごはん</p> <p>こまつなとごぼうの すまし汁</p> <p>エネルギー 595kcal 塩分 3.5g</p>	<p>8日</p> <p>こまつなのおかかあえ</p> <p>(こまつな) (グリーンねぎ)</p> <p>おしゆいデザート(小・中)</p> <p>とりにくのからあげ 幼1こ 小2こ 中2こ</p> <p>むぎごはん</p> <p>はなまほこの すまし汁</p> <p>エネルギー 711kcal 塩分 2.0g</p>	<p>9日</p> <p>ごもきんぴら</p> <p>さけのこうみやき</p> <p>むぎごはん</p> <p>じゃがいものみそ汁</p> <p>エネルギー 594kcal 塩分 2.1g</p>	<p>10日</p> <p>やきウインナー 幼1本 小2本 中3本</p> <p>かいそうサラダ</p> <p>むぎごはん</p> <p>ポークカレー</p> <p>エネルギー 722kcal 塩分 3.0g</p>
<p>13日</p> <p>とうふのナゲット 幼未1こ 幼以2こ 小2こ 中3こ</p> <p>キャベツのしおこんぶあえ</p> <p>うどん</p> <p>ごもくうどんのしる</p> <p>エネルギー 606kcal 塩分 1.9g</p>	<p>14日<よっかむデー></p> <p>こまつなとごぼうのサラダ</p> <p>(こまつな) (グリーンねぎ)</p> <p>とりにくのてりやき</p> <p>なめし</p> <p>とうふわかめの すまし汁</p> <p>エネルギー 591kcal 塩分 3.0g</p>	<p>15日</p> <p>いちごジャム</p> <p>しるみぎかなフライ</p> <p>しょうぼん</p> <p>はるきやべつのスープ</p> <p>エネルギー 619kcal 塩分 3.0g</p>	<p>16日</p> <p>はるさめサラダ</p> <p>シューマイ 幼1こ 小2こ 中3こ</p> <p>むぎごはん</p> <p>マーボー豆腐</p> <p>エネルギー 663kcal 塩分 2.2g</p>	<p>17日<食育の日></p> <p>だいずとひじきのいために</p> <p>(こまつな) (グリーンねぎ)</p> <p>さばのグリーンねぎやき</p> <p>むぎごはん</p> <p>とうふとこまつなの あわせみそ汁</p> <p>エネルギー 619kcal 塩分 2.6g</p>
<p>20日<野菜たっぷりの日></p> <p>コーンともやしのおかかあえ</p> <p>ぶたにくのしょうがやき</p> <p>むぎごはん</p> <p>けんちんじる</p> <p>エネルギー 584kcal 塩分 2.2g</p>	<p>21日</p> <p>こうや豆腐のもの</p> <p>(グリーンねぎ)</p> <p>ちくわのいそべあげ 幼1こ 小2こ 中3こ</p> <p>むぎごはん</p> <p>キャベツのしるみそ汁</p> <p>エネルギー 664kcal 塩分 2.6g</p>	<p>22日</p> <p>ハンバーグのトマトソースかけ</p> <p>たいこんのイタリアンサラダ</p> <p>バーガーパン</p> <p>ポテトスープ</p> <p>エネルギー 616kcal 塩分 3.5g</p>	<p>23日</p> <p>ナムル</p> <p>(こまつな) (グリーンねぎ)</p> <p>ヨーグルト</p> <p>ピビンパのぐ</p> <p>むぎごはん</p> <p>わかめスープ</p> <p>エネルギー 610kcal 塩分 2.6g</p>	<p>24日</p> <p>じゃがいものジャキジャキあえ</p> <p>(こまつな)</p> <p>さわらのしょうゆこうやき</p> <p>たけのこいりごもくごはん</p> <p>こまつなとえきの すまし汁</p> <p>エネルギー 620kcal 塩分 2.6g</p>
<p>27日</p> <p>はるまき</p> <p>ちゅうかあえ</p> <p>ちゅうかめん</p> <p>しょうゆラーメンのしる</p> <p>エネルギー 608kcal 塩分 3.0g</p>	<p>28日</p> <p>じゃがいものそばろに</p> <p>(こまつな)</p> <p>のりふりかけ</p> <p>あつやきたまご</p> <p>むぎごはん</p> <p>ごもくやさいじる</p> <p>エネルギー 609kcal 塩分 2.6g</p>	<p>昭和の日</p> <p>しょうわ ひ</p>		<p>30日</p> <p>こまつなときり混ぜしんのあえもの</p> <p>いわしのしょうがに</p> <p>ゆかりごはん</p> <p>たまねぎのみそ汁</p> <p>エネルギー 588kcal 塩分 2.7g</p>

つくってみませんか?

ジャーマンポテト

作り方

- ①ベーコン: 短冊切り 玉ねぎ: くし形切り じゃがいも: 角切りにし、下茹でしておく。
- ②鍋に油をしき、ベーコン、玉ねぎを炒める。
- ③茹でたじゃがいもを加え、塩、こしょうで味をととのえる。
- ④乾燥パセリをふって出来上がり。

材料(4人分)

油	小さじ1
ベーコン	2枚
たまねぎ	1/4個
じゃがいも	2個
塩こしょう	お好み
乾燥パセリ	少々

ご入学・ご進級おめでとうございます

春のやわらかな日差しが心地よい季節となりました。今年度も、毎日の給食時間が楽しみになるような、おいしい給食づくりに努めていきたいと思ひます。学校給食へのご理解、ご協力のほど、よろしくお願ひいたします。

学校給食について

学校給食の目標

※「学校給食法」第2条より抜粋・要約

- 1 適切な栄養の摂取による健康の保持増進。
- 2 食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営む判断力や、望ましい食習慣を養う。
- 3 明るい社会性と協同の精神を養う。
- 4 自然の恩恵への理解を深め、生命、自然を尊重する精神や環境の保全に寄与する態度を養う。
- 5 食生活が多くの人々の勤労に支えられていることを理解し、感謝する。
- 6 伝統的な食文化を理解する。
- 7 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。

4月の郷土料理 20日(月)けんちんじる

かながわけん

神奈川県

かながわけんかまからし きょうとりょうり けんちんじゅう

神奈川県鎌倉市の郷土料理です。建長寺というお寺のお坊さんが作っていたため「建長寺汁」がなまって「けんちん汁」になったそうです。たくさんの野菜と豆腐を入れ、しょうゆで味付けをしたお汁です。

春の味

春の味

ボクは春だけの特別なキャベツだよ

葉がふんわりしたキャベツだよ

春の間に収穫する

ふつうのキャベツは、ずっしり重いけど、うちのキャベツは、軽く、やわらかそう!

今が一番みずみずしくてやわらかいんだよ

旬の味を楽しんでね!

Yummy!

※学校行事、入荷の都合で内容が変わることがあります。給食のない日については、各校・各園で違ひますのでご注意ください。

※学校給食は「学校給食地産地消推進事業」により、岐阜県・神戸町・JAグループの一部助成を受けています。

また、食材には神戸町産および岐阜県産の農畜産物を積極的に取り入れ、幼少期からの食農教育を推進することを目的としています。

※文科省学校給食摂取基準(小学校・中学校)

- ・エネルギー量 650Kcal
- ・タンパク質 摂取エネルギーの13~20%
- ・脂質 摂取エネルギー量の20~30%
- ・食塩相当量 2g未満

※ 神戸町産野菜使用の日。()は使用野菜です。(裏面に材料表があります。アレルギー対応や家庭での調理にご活用ください。)

給食にはこれから季節ごとの旬の味がたくさん登場します。