

給食だより

令和3年度4月号
志木市立宗岡第二小学校

ご入学、ご進級おめでとうございます。
元気いっぱいの1年生を迎えて宗岡第二小学校
の新年度がスタートしました。調理業務は、(株)
東洋食品です。9名の調理員と栄養士の10名で、
おいしくて安全な給食づくりをしていきます。



こんなことに気をつけて献立を立てています

① 栄養のバランスを考えています

★ 文部科学省で決められた栄養摂取基準に添って、献立を立てています。【(増補)日本食品標準成分表】

② 食品の安全性に気をつけています

- ★ 化学調味料・インスタントルウの類は使っていません。
(だしは、煮干・削り節・だし昆布・とりがら・とんこつでとっています)
- ★ 良質で安全な食品素材を使い調理するようにし、加工食品はできるだけ使わないようにしています。やむを得ず使う時は、内容成分を確認しています。
- ★ 野菜・果物は、安全性を確認した**国産のもの**を使うようにしています。

③ 食文化を伝えられるように努力しています

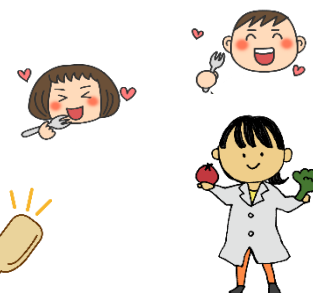
- ★ 現在の食生活で見落とされがちな魚・大豆(製品)・いも類や乾物等を取り入れるようにしています。
- ★ 野菜・果物・魚などは、できるだけ旬のものを使用し、季節感を出すように心がけています。
- ★ 日本に昔から伝わるケ(藝)の日の和食をなるべく多く伝えるようにしています。あわせて、ハレ(晴れ)の日の行事食(七草・節分・ひな祭り等)もとり入れています。
(藝の日とは普段の日、晴れの日は特別な日をいいます。)

④ その他

- ★ 子どもたちに味の食体験をさせるために、いろいろな調理方法を取り入れ、なるべく多くの食品を使うようにしています。
- ★ 健康面を考慮し、素材の味を伝えることができるように薄味にしています。
- ★ 噛む力を育てられる献立を工夫しています。

※食中毒防止のため、生野菜は現在使えません。プチトマトと果物以外はすべて加熱調理しています。
※**食物アレルギーがあり、対応が必要な方はご連絡をお願いいたします。**

苦手な食べものは誰にでも少しはあると思いますが、子どもたちが自分の力で「一口食べてみよう」という気持ちになれるように食教育としてもすすめていきたいと考えています。



給食に関するお願いとお知らせ

給食費

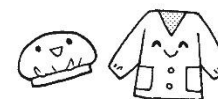
給食費は1ヶ月4,400円(引き落とし手数料11円含む)です。月によって給食日数は違いますが、1年間のスパンで考えて算出しています。ご了承ください。(1年生は4月のみ現金集金で3,050円です。)
お支払方法は、自動引き落としとなります。

給食停止と返金

予め5日間以上連続して給食を食べないことがわかっている場合は、申請することにより、給食を停止して給食費を返金することができます。事前に、担任を通じて、ご連絡ください。

給食着

給食着は、当番で使用した児童が家庭に持ち帰ります。お手数ですが、洗濯とアイロンがけをお願いします。ほころびがありましたら、繕っていただけると幸いです。



献立表

毎月、ご家庭に予定献立表をお配りしていますが、食材料の関係で、献立が変更になることもあります。
なお、食物アレルギーの理由でご相談のある保護者の方へは、事前にご連絡差し上げます。

給食セット

(ナフキン・マスク・ハンカチ・コップ・
(歯ブラシ未定))

毎日の給食で使います。清潔なものを持たせてください。給食当番以外も全員マスクをします。

令和3年度 志木市学校給食実施計画

- 1学期 4月14日(水)~7月15日(木)
- 2学期 9月1日(水)~12月17日(金)
- 3学期 1月13日(木)~3月17日(木)
- ★年間180回実施予定ですが、行事の日程により変更になる場合があります。
- ★状況により回数・金額が変更になることがありますが、ご了承ください。

元気にすごすためには、なんでもしっかり食べるのが一番！
「おいしい」と食べているときのみんなの笑顔がやりがいです！
調理員さんと一緒に安心・安全に気をつけ、おいしい給食を作るために頑張ります。1年間よろしくおねがいします。

栄養士 木田 久恵



4月の予定献立表



令和3年度4月

志木市立宗岡第二小学校

日	曜	こんだてめい		I類 - Kcal	たんぱくしつ g	おもにからだをつくる しょくひん(あか)	おもにねつやちからになる しょくひん(きいろ)	おもにからだのちょうしを ととのえるしょくひん(みどり)
		しゆしょく	のみもの					
14	水	ごはん 	ぎゅうにゅう 	594	20.7	ぶたにく ぎゅうにゅう	こめ こむぎこ さとう あぶら	にんじん たまねぎ にんにく マッシュルーム キャベツ こまつな トマトかん
15	木	むぎごはん 	ぎゅうにゅう 	564	26.0	ぶたにく わかめ ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ でんぷん さんおんとう あぶら しろごま ごまあぶら ねりごま	にら こまつな にんじん しょうが にんにく キャベツ ねぎ
16	金	うどん 	ぎゅうにゅう 	584	23.5	とりにく ぎゅうにゅう	うどん でんぷん さつまいも さんおんとう しらたまこ しょうしんこ ごま あぶら	にんじん ほうれんそう ねぎ たまねぎ ほししいたけ
19	月	ひじきごはん 	ぎゅうにゅう 	583	21.0	ぶたにく あぶらあげ ひじき わかめ ぎゅうにゅう	こめ じゃがいも でんぷん さんおんとう あぶら	にんじん さやいんげん たまねぎ たけのこ ねぎ
20	火	ごはん 	ぎゅうにゅう 	565	28.0	まあじ あぶらあげ かつおぶし あかみそ しろみそ ぎゅうにゅう	こめ さんおんとう でんぷん あぶら ごまあぶら	こまつな にんじん ねぎ しょうが キャベツ
1年生 給食開始								
21	水	むぎごはん 	ぎゅうにゅう 	646	19.9	ぶたにく ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ じゃがいも はくりきこ ごまあぶら あぶら	にんじん しょうが にんにく たまねぎ キャベツ きゅうり とうもろこし
22	木	はるのちらしずし 	ぎゅうにゅう 	520	28.4	とりにく とうふ あぶらあげ わかめ むきえび たまご ぎゅうにゅう	こめ さとう でんぷん さんおんとう あぶら	にんじん さやいんげん れんこん たまねぎ ほししいたけ
23	金	わかめごはん 	ぎゅうにゅう 	570	23.8	ぶたにく なまあげ わかめ たまご ぎゅうにゅう	こめ でんぷん しろごま あぶら ごまあぶら	にんじん ほうれんそう ねぎ たけのこ ほししいたけ たまねぎ もやし
26	月	ちゅうかめん 	ぎゅうにゅう 	680	30.2	ぶたにく とうふ あかみそ ぎゅうにゅう	ちゅうかめん でんぷん シュウマイのかわ あぶら ごまあぶら	にんじん にら しょうが にんにく もやし キャベツ ねぎ とうもろこし たまねぎ
27	火	たけのこごはん 	ぎゅうにゅう 	562	25.9	とりにく あぶらあげ とうふ あかみそ しろみそ ぎゅうにゅう	こめ さんおんとう でんぷん あぶら	にんじん たけのこ にんにく しょうが キャベツ ねぎ
28	水	まぜこみピンパ 	ぎゅうにゅう 	579	24.7	ぶたにく とりにく ウインナー わかめ ぎゅうにゅう	こめ さんおんとう じゃがいも あぶら ごまあぶら しろごま	にんじん チンゲンサイ もやし しょうが とうもろこし ぶなしめじ キャベツ にんにく たまねぎ
29	木	昭和の日						
30	金	きなこあげパン 	ぎゅうにゅう 	644	22.9	とりにく きなこ ベーコン ウインナー かんてん ぎゅうにゅう	こめこパン じゃがいも さんおんとう さとう あぶら	にんじん キャベツ みかんかん みかんジュース

★志木市減塩プロジェクト・・・今月のおすすめ減塩メニューに、塩分を表示しています。

☆材料などの都合で、その日の献立が変更になる場合があります。

★今月の給食費の引き落としは4月26日です。残高のご確認をお願いします。



志木市減塩プロジェクトのロゴマークです

ご進学おめでとうございます。

いよいよ、新学期がスタートしました。今年度もみなさんの健康と健やかな成長を願い、いろいろな食材を

とりいれたバランスのよい献立を考えて(株)東洋食品の調理員さん9名と「安心・安全な給食」を心をこめ

て作りたと思います。みなさんもしっかり食べて元気にすごしてくださいね。