

令和3年度 4月がっこうきゅうしょくこんだてひょう

ご入学・ご進級おめでとございます!

春の気配を感じる季節となりました。今年度も子どもたちの健康と健やかな成長を願って、学校給食・食育を行っていきたく考えております。保護者の皆様のご理解とご協力を、どうぞよろしくお願いいたします。

七飯町の学校給食で行ってきた「プレミアムなエデー」も今年で5年目となり、これまで町内多くの生産者の皆様にご協力いただき、積極的に地場産物を活用することができました。今年度も七飯産の魅力ある食材を活用して、子どもたちにとって登校する楽しみのひとつとなる、おいしく、食育の教材となる給食を提供していきたく考えております。どうぞよろしくお願いいたします。

七飯町学校給食センター（七重小学校）

日曜	献立名	おもな材料		
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
8 (木)	2～6年生の給食は、9日(金)から、1年生の給食は、21日(水)から始まります! 給食当番の週には、エプロン、三角巾(ハンダナ)の持参をお願いします。コロナ感染予防対策として、今年度もマイエプロンとします。忘れた場合、各クラス2名までエプロンを貸し出します。貸し出しエプロンを使った際には、家庭に持ち帰りますので、洗濯とアイロンがけのご協力をお願いします。			
9 (金)	ごはん ぎゅうにゅう けんちんじる さばのしおやき はくさいのおひたし	せいはいくまい あぶら	ぎゅうにゅう とうふ	にんじん、ごぼう、だいこん、さやいんげん、ながねぎ、たまねぎ
12 (月)	プレミアムなエデー ごはん 山椒ぎゅうにゅう なめこじゃがいものみそしる ななえハンバーグ きりほしだいこんのごまあえ	せいはいくまい じゃがいも さとう	ぎゅうにゅう しろみそ	なめこ、ながねぎ ごぼう、おうさましいたけ、たまねぎ
13 (火)	ソフトフランスパン ぎゅうにゅう チキンブラウンソース フレンチパンプリン ごぼうサラダ/チョコクリーム	せいはいくまい あぶら	ぎゅうにゅう	かぼちゃ
14 (水)	ごはん ぎゅうにゅう にらたまスープ すびた オレンジ	せいはいくまい でんぷん でんぷん、あぶら、じゃがいも、さとう	ぎゅうにゅう とうふ、たまご ぶたにく	にら、ながねぎ、しめじ しょうが、にんじん、ピーマン、たまねぎ、たけのこ、ほししいたけ
15 (木)	ぎゅうにゅう みそラーメン ぶりとうこやどうふのカレーザンギ りんご	せいはいくまい あぶら	ぎゅうにゅう	もやし、ながねぎ、にんじん、しょうが、にんにく
16 (金)	ごはん ぎゅうにゅう チリコンカン わかめスープ フルーツヨーグルトあえ	せいはいくまい じゃがいも、あぶら、さとう しろごま、でんぷん	ぎゅうにゅう	たまねぎ、にんじん、パセリ、トマト にんじん、ながねぎ、えのきだけ
19 (月)	ごはん ぎゅうにゅう ごじる ちくぜんに キウイフルーツ	せいはいくまい じゃがいも さとう、あぶら	ぎゅうにゅう	おうとう、みかん、パインアップル
20 (火)	ぎゅうにゅう いなかうどん きびなごでんぷら かぶときゅうりのおかかあえ	せいはいくまい うどん、さとう こむぎこ、でんぷん、あぶら さとう、ごまあぶら	ぎゅうにゅう	さんさいなめこ、ほししいたけ、まいたけ、ながねぎ、ごぼう、たまねぎ



こめ、ちゅうかめん、ぎゅうにゅう、ヨーグルト、ぎゅうにく、とうふ、あぶらあげ、こんにゃく、しらたき、しろかぶ、ほうれんそう、アスパラガス、おうさましいたけ、ほしのおうさましいたけ、なめこ、きりほしだいこん のしょうをよていしています。

こんげつのもくひょう 「たのしくたべよう！」

七飯町内小学校4校・中学校2校・義務教育学校1校 約2,300人
分の給食は、センター長、事務係、栄養教諭2名、調理員約20名で力を合わせて作り、4名の運転手さんに学校へ届けてもらいます。



日曜	献立名	おもな材料		
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
21 (水)	ごはん ぎゅうにゅう ポークカレー だいこんとツナのサラダ ヨーグルト	せいはいくまい、じゃがいも、油、バター マヨネーズ(エッグケア)	ぎゅうにゅう	にんじん、たまねぎ、グリーンピース、トマト、にんにく
22 (木)	ツイストパン ぎゅうにゅう やさいスープ ほたてのマリネ りんご	こむぎこ じゃがいも でんぷん、あぶら、オリーブオイル、さとう	たまご、ぎゅうにゅう ベーコン ほたてがけ	キャベツ、たまねぎ、にんじん、さやいんげん、パセリ たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく、レモン
23 (金)	ごはん ぎゅうにゅう にくじゃが さんまのかばやき あまなつみかん	せいはいくまい じゃがいも、さとう あぶら、さとう、でんぷん、しろごま	ぎゅうにゅう	たまねぎ、さやいんげん、しらたき あまなつみかん
26 (月)	ごはん ぎゅうにゅう カレーどうふ ござかなのからいり じゃがいもとアスパラのごまあえ	せいはいくまい さとう、でんぷん、あぶら しろごま、さとう じゃがいも、しろごま、さとう	ぎゅうにゅう とうふ、とりにく しらすほし、ほしえび、かつおぶし	たまねぎ、たけのこ、ほししいたけ、ながねぎ、さやいんげん アスパラガス、人参
27 (火)	プレミアムなエデー ソフトフランスパン 山椒ぎゅうにゅう しろかぶとサーモンのチャウダー おうさましいたけオムレツ りんご	せいはいくまい さとう、あぶら	ぎゅうにゅう	しろかぶ、たまねぎ、にんじん、えだまめ、パセリ たまねぎ、おうさましいたけ、ほうれんそう
28 (水)	おやこどん じゃがいもとキャベツのごまじる オレンジ	せいはいくまい、でんぷん、さとう じゃがいも、しろごま	ぎゅうにゅう とりにく、たまご あぶらあげ、しろみそ	しらたき、たまねぎ、ほししいたけ、みつば キャベツ オレンジ
30 (金)	ぎゅうにゅう スパゲッティミートソース えびフリッター かぶのグリル	せいはいくまい こむぎこ、あぶら オリーブオイル	ぎゅうにゅう	にんじん、たまねぎ、グリーンピース しろかぶ、かぶのは

	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミン				食物繊維	食塩相当量
						A(β-胡萝卜素)	B1	B2	C		
月平均栄養価	639 kcal	25.6 g	22.4 g	396 mg	2.9 mg	323 μg	0.38 mg	0.57 mg	32 mg	5.1 g	2.0 g

学校給食の目標

子どもの味覚は発達途上です。学校給食では、様々な料理を提供し、色々な食材や味を経験させ、子どもたちの食域を広げたいと考えています。苦手なものも少しずつでも食べられるように、ご家庭でも応援してあげてください。

学校給食の7つの目標

- 適切な栄養の摂取による健康増進を図る。
- 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ための判断力を培い、望ましい食習慣を養う。
- 学校生活を豊かにし、明るい社交性と協同の精神を養う。
- 食生活が自然の恩恵によって成り立つことを理解し、生命を尊重して自然環境を大切にす態度を養う。
- 食生活がさまざまな人の活動に支えられていることを理解し、勤労を重んずる態度を養う。
- わが国や各地域の優れた食文化についての理解を深める。
- 食料の生産、流通、消費について正しい理解に導く。

今月の「プレミアムなエデー」は、12日と27日です!

12日の七飯ハンバーグは牛肉、豆腐、ごぼう、王様しいたけなど七飯産の食材を使用して作る人気のメニューです!みそ汁のなめこや、ごま和えの切干大根も七飯産を使用します。27日は七飯産の旬の食材、白かぶと山川牛乳を使ったチャウダー、王様しいたけを入れて作るオムレツを提供します。今年度のプレミアムなエデーも、七飯産の食材をたくさん使用していきますので楽しみにしてください!

