

令和5年
4月

こんだて



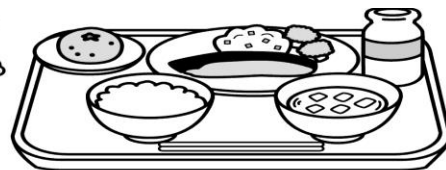
東久留米市立第七小学校
東久留米市立第十小学校

日 曜	主食	飲 物	主菜 副菜 デザート	おもな材料			こんだてメモ
				熱や力の もとになる	からだを コーヒー	からだの調子を ととのえる	
25 火	メキシカン ライス		鮭のマヨネーズ焼き ABCパスタスープ 果物	七分づき米, ABCパスタ	ウィンナー, コーヒー牛乳, 鮭, ベーコン, ひよこ豆	ニンニク, ショウガ, 玉ねぎ, マッシュルーム, 枝豆, にんじん, セロリ, キャベツ, カブ, 美生柑	メキシカンライスは、カ レー粉やチリパウダーな どで味を付けたスパイ シーなごはんです。
26 水	わかめうどん		こんにゃくサラダ よもぎ団子	うどん, こんにゃく, ごま, 上新粉, 白玉粉, 砂糖	わかめ, 油揚げ, かまぼこ, とり肉, 牛乳, きな粉	にんじん, 小松菜, 長ねぎ, キャベツ, きゅうり, 玉ねぎ, よもぎ粉	わかめは日本人に親し まれてきた食材でミネラル やビタミンが豊富です。生 のわかめは春しか味わ うことができません。
27 木	コーンバター ライス		オムレツ ジュリエンスープ アスパラのサラダ	七分づき米, バター, じゃがいも	牛乳, 卵, 生クリーム, チーズ, ベーコン	コーン, 玉ねぎ, にんじん, セロリ, アスパラ, キャベツ, きゅうり	アスパラにはアスパラギ ン酸というアミノ酸が含 まれていて体の疲れを とってくれます。
28 金	ピースそぼろ ごはん		ししゃもフライ なめこのみそ汁 野菜のごま酢あえ 果物	七分づき米, 小麦粉, パン粉, 油, ごま	とり肉, 牛乳, ししゃも, 豆腐, わかめ, みそ	グリーンピース, 大根, ショウガ, にんじん, 長ねぎ, 小松菜, もやし, なめこ, ニューサマーオレンジ	旬のグリーンピースを 使ってごはんにします。 生のさや付きのグリーン ピースは、春にしか出回 らない旬の野菜です

*食材の納入状況により献立を変更する場合があります。

*サラダ等の野菜はすべて加熱し教室で食べます。

学校給食について



学校給食法の目的（「学校給食法」第1条より）

この法律は、学校給食が児童及び生徒の心身の健全な発達に資するものであり、かつ、児童及び生徒の食に関する正しい理解と適切な判断力を養う上で重要な役割を果たすものであることにかんがみ、学校給食及び学校給食を活用した食に関する指導の実施に関し必要な事項を定め、もって学校給食の普及充実及び学校における食育の推進を図ることを目的とする。

学校給食の目標（「学校給食法」第2条より）

学校給食は「学校給食法」という法律に基づいて実施しています。下記の通り、目的や7つの目標が定められており、学校における食育の中心となるものです。

- 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。
- 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る判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。
- 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。
- 食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。
- 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。
- 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。
- 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。



☆☆☆☆☆☆ 【ご家庭へのお知らせとお願い】 ☆☆☆☆☆☆

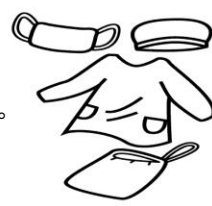
献立表

献立表を毎月配布します。
必ず目を通していただき、
ご家庭の献立や食生活の参
考にご活用ください。



給食当番

給食当番の際はマスクを使用し
ますので、ご家庭でご用意ください。
また、週末に給食着を持ち帰ります
ので、洗濯とアイロンがけをお
願いします。



給食費

保護者の皆さまにご負担いただく給食費は食材料費のみで、それ以外の人件費や施設・設備にかかる経費は含みません。子どもたちへ栄養バランスのとれたおいしい給食を提供していきたいと思っておりますので、ご理解とご協力のほど、よろしくお願い致します。

