



2024年 4月のこんだて表



見附市学校給食センター
TEL (62) 2244
FAX (62) 2238

	月		火		水		木		金		
こんだて	8	切干大根の焼きそば風 肉団子の甘酢あん 2個	9	チーズ入りおひたし いかカレー照焼き	10	アーモンドサラダ ハンバーグオニオンス	11	じゃこのり和え キャベツメンチカツ	12	れんこんきんぴら 鮭の塩こうじ焼き	
	ごはん	山菜のみそ汁	ごはん	塩ちゃんこ鍋	黒糖米粉 ポテト コッペパン	スープ	ごはん	豚汁	ごはん	とうふ汁	
	エネルギー	578 kcal	683 kcal	597 kcal	700 kcal	624 kcal	778 kcal	646 kcal	751 kcal	580 kcal	685 kcal
	塩分	1.7 g	2.2 g	1.8 g	2.0 g	2.8 g	3.4 g	2.0 g	2.3 g	1.6 g	1.9 g
補ってほしい食品	小魚類		くだもの		大豆製品		きのこ類		海藻類		
あか	牛乳 豚肉 厚揚げ みそ		牛乳 いか チーズ かつお節 鶏肉 油揚げ 豆腐		牛乳 鶏肉 豚肉 ベーコン		牛乳 豚肉 鶏肉 ちりめんじゃこのり 豆腐 みそ		牛乳 鮭 さつま揚げ 豚肉 豆腐		
みどり	キャベツ しょうが にんじん キヤベツ ビーマン 切干大根 さいたまけ わらび えのき みずな しめじ うど なめこ 長ねぎ		もやし 小松菜 にんじん れんこん 玉ねぎ えのき なら にんにく しょうが		玉ねぎ にんにく しょうが コーン トマト キヤベツ きゅうり にんじん しめじ		キャベツ 小松菜 にんじん ごぼう 大根 長ねぎ		れんこん ごぼう たけのこ にんじん えのき 小松菜		
きいろ	米 米パン粉 油 砂糖 米粉 片栗粉 じゃがいも		米 砂糖 ごま ごま油		黒糖米粉パン ラード 片栗粉 アーモンド 油 砂糖 じゃがいも		米 米パン粉 油 片栗粉 砂糖 ごま油 じゃがいも		米 砂糖 油 ごま油		
こんだて	15	塩ナムル 春巻き	16	入学祝い献立 れんこんサラダ 玉子焼き	17	切干大根のごま酢和え にしんの照り煮	18	磯マヨサラダ 鶏肉と高野豆腐の揚げ煮	19	清見オレンジ 海藻サラダ	
	中華めん	しょうゆわかめ ラーメンスープ	ちらしずし きざみのり	すまし汁	ごはん	沢煮わん	ごはん	大根のみそ汁	ポークカレーライス (麦ごはん)		
	エネルギー	691 kcal	867 kcal	573 kcal	672 kcal	589 kcal	699 kcal	675 kcal	795 kcal	616 kcal	720 kcal
	塩分	3.6 g	4.2 g	2.7 g	3.2 g	1.8 g	2.0 g	1.5 g	2.0 g	2.3 g	2.7 g
補ってほしい食品	くだもの		種実類		海藻類		小魚類		魚類		
あか	牛乳 豚肉 わかめ チーズ		牛乳 油揚げ のり 卵 鶏肉 わかめ 豆腐 豆乳		牛乳 にしん 豚肉 鶏肉		牛乳 鶏肉 高野豆腐 ツナのり 豆腐 みそ		牛乳 豚肉 わかめ 茎わかめ 昆布とさかのり ふのり		
みどり	コーン キヤベツ もやし 長ねぎ にんにく たらこ		たけのこ れんこん にんじん かんぴょう しいたけ		レモン 切干大根 にんじん もやし きゅうり		長ねぎ 小松菜 もやし にんじん 大根		玉ねぎ にんじん にんにく しょうが キヤベツ コーン きゅうり 清見オレンジ		
きいろ	中華めん 油 砂糖 小麦粉 米粉 片栗粉 春雨 ごま油 ごま ラード		米 油 砂糖 片栗粉 ノンエッグマヨネーズ ゼリー		米 砂糖 春雨 ごま		米 片栗粉 油 砂糖 ごま ノンエッグマヨネーズ じゃがいも		米 大麦 じゃがいも 油 ルウ 米粉 砂糖		
こんだて	22	福神漬け和え チキンみそカツ	23	油揚げ入りごま酢和え さわらの西京焼き	24	ガーリックサラダ ミートオムレツ	25	辛子マヨ和え さばのソース竜田	26	ヨーグルト ツナ そばろ丼 キムチ入り 玉子スープ	
	ごはん	打ち豆のみそ汁	ごはん	肉じゃが	米粉コッペパン	クリーム シチュー	ごはん	わかめのみそ汁	ごはん	そばろ丼 玉子スープ	
	エネルギー	652 kcal	774 kcal	615 kcal	731 kcal	648 kcal	852 kcal	672 kcal	802 kcal	716 kcal	826 kcal
	塩分	1.9 g	2.3 g	1.3 g	1.6 g	2.8 g	3.6 g	2.2 g	2.5 g	1.9 g	2.2 g
補ってほしい食品	くだもの		海藻類		大豆製品		いも類		種実類		
あか	牛乳 鶏肉 豚肉 厚揚げ 打ち豆 みそ		牛乳 さわら みそ 油揚げ 豚肉		牛乳 たまご 鶏肉 ハム 豚肉 チーズ		牛乳 さば かまぼこ わかめ 厚揚げ みそ		牛乳 大豆 豚肉 ツナ 卵 ヨーグルト		
みどり	大根 なす にんじん れんこん しょうが		もやし きゅうり にんじん 玉ねぎ しいたけ いんげん		キャベツ 小松菜 にんじん コーン にんにく ブロッコリー 玉ねぎ		しょうが 小松菜 キヤベツ しめじ にんじん 大根 長ねぎ さいたまけ		切干大根 コーン 玉ねぎ しょうが 枝豆 キムチ りんご もやし にんじん なら にんにく		
きいろ	米 米パン粉 小麦粉 米粉 片栗粉 砂糖 油 ごま油 ごま		米 砂糖 ごま油 ごま じゃがいも 油		米粉パン 米パン粉 油 じゃがいも 砂糖 ルウ 米粉		米 片栗粉 油 砂糖 ノンエッグマヨネーズ		米 大麦 油 砂糖 片栗粉 ごま油		
こんだて	日	基準 副菜 主菜	30	中華ツナサラダ ぎょうざ(2個)	<div data-bbox="734 1713 1157 1848" data-label="Text"> <p>4月の見附産 お米は第二小学校区産 瑞穂の輝きです。</p> </div> <div data-bbox="1252 1758 1412 1870" data-label="Image"></div> <div data-bbox="734 1870 1228 1948" data-label="Text"> <p>市内の生産者さんに 感謝して、味わっていただきます。</p> </div> <div data-bbox="837 1982 1077 2150" data-label="Image"></div> <div data-bbox="1252 1960 1476 2161" data-label="Text"> <p>お知らせ 小学校1年生の 牛乳は、4月だけ 100CCです。</p> </div>						
	ごはん	汁物	ごはん	麻婆豆腐							
	エネルギー	小 kcal	中 kcal	623 kcal							743 kcal
	塩分	小 g	中 g	1.7 g							2.1 g
補ってほしい食品	家庭で補ってほしい食品		いも類								
あか	赤：体をつくるもとになる食品		牛乳 豚肉 鶏肉 ツナ 豆腐 みそ								
みどり	緑：体の調子を整えるもとになる食品		キャベツ 玉ねぎ なら きゅうり にんじん								
きいろ	黄：エネルギーのもとになる食品		米 砂糖 ごま油 油 小麦粉 片栗粉 ラード								

2024年 4月の給食だより



★都合により献立を変更する場合があります。あらかじめ、ご了承ください。



ご入学・ご進級おめでとうございます

期待に胸をふくらませ、希望に満ちた新年度の始まりです。
安全安心でおいしく、栄養満点な給食を子どもたちに届けられるよう、
心を込めておいしい給食作りに務めていきたいと思ひます。
今年度も学校給食にご理解とご協力をどうぞよろしくお願ひいたします。
見附市学校給食センター 職員一同

見附市学校給食センターは、
見附市内の小学校8校、中学校4校、特別支援学校1校の給食の調理を行っています。



見附市の学校給食について

<主食> 週4日米飯 隔週で米粉パン(水曜日)
めん(月曜日)

見附市では、お米の生産者や生産地域を明確にした給食を提供することにより、子どもたちの食に対する一層の理解を促す取り組みが行われています。市内各小学校区での多様な品種のお米が月ごとに登場します。毎月の給食だよりで産地と銘柄を紹介していきます。お楽しみに。

<おかず>

和食を基本に多くの種類の食品をバランスよく取れる工夫をしています。

行事に合わせた行事食が登場します。

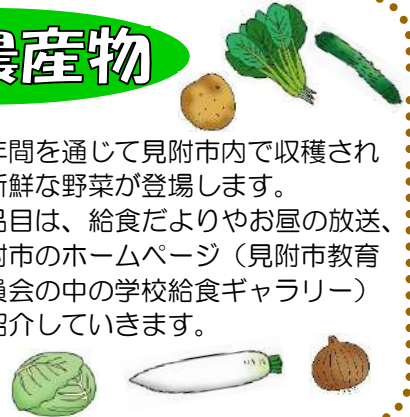


地場農産物



年間を通じて見附市内で収穫された新鮮な野菜が登場します。

品目は、給食だよりやお昼の放送、見附市のホームページ(見附市教育委員会の中の学校給食ギャラリー)で紹介していきます。



給食のきまりと食事のマナー

①みじたくをととのえよう



②食器は正しくならべよう

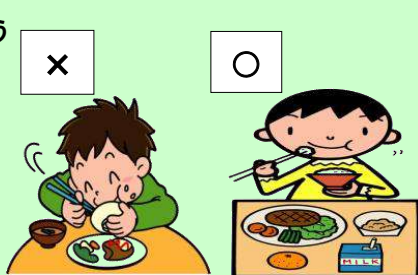


③食器や食缶を床におかない

食器などはきれいにふいた配膳台の上に置こう!!



④よい姿勢・正しい持ち方で食べよう



⑤汁はかきまぜながら盛ろう



具は底に沈むので、よくかき混ぜて均等に具が入るように盛ってね。

⑥食器やはしはていねいに返そう

食器や箸は市の税金で買ったものなので大切に使いましょう。



給食開始日

- 8日 名木野小(1年を除く)、新潟小(1年を除く)、上北谷小(1年を除く)、今町小(1年を除く)、見附中、南中(1年を除く)、今町中(1年を除く)
- 9日 見附小(1年を除く)、第二小、田井小、葛巻小(1年を除く)、南中1年、今町中1年、西中
- 10日 見附小1年、上北小1年、見附特支(小学部1年を除く)
- 11日 名木野小1年、新潟小1年
- 12日 今町小1年
- 16日 葛巻小1年、見附特支小学部1年

4月の予定

中学校

22日 見附中 給食なし