

# 4月学校給食予定献立表



4月の  
給食目標

低学年:てあらいをしよう  
中学年:身じ度をしっかりしよう  
高学年:身じ度をしっかりしよう

秦野市立広畑小学校

給食回数 14回

ひづけ
ぎゅうにゅう
こんだて
きいろ
炭水化物・脂肪 おもにエネルギーのもと になる食品
あ
たんぱく質・無機質 おもにからだをつくる 食品
か
ビタミン
みどり
おもにからだのちょうしを ととのえるものになる食品
1食平均 エネルギー たんぱく質 脂肪 塩分

**ご入学・ご進級  
おめでとうございます。**

**おいしい給食  
作ります!**

今年度は、かわいい1年生  
21名を迎え、広畑小では約  
150人分の給食を作ります!

**食物アレルギーについて**

食物アレルギーがある場合は、必ず担任までお申し出ください。給食で特別な対応を希望する場合は、医療機関を受診し、「学校生活管理指導表」を提出してください。

**★給食に必要な持ち物**

- ランチマット
- ハンカチ
- マスク

はじまりますよ!

**給食当番について**

当番用の白衣、帽子、袋はみんなで使用します。お子様が白衣を持ち帰りましたら、次の人のために洗濯と滅菌のためのアイロンがけをお願いします。

10日(水)
ごはん
ハヤシライス
666kcal 21.7g 20.0g 2.2g

11日(木)
ごはん
あじつけパン
669kcal 29.3g 26.7g 2.6g

12日(金)
ごはん
マーボー豆腐
712kcal 28.5g 21.9g 2.2g

15日(月)
ごはん
はるやさいのうまげ
635kcal 27.2g 18.1g 1.5g

16日(火)
ミルクパン
じゃがいも
680kcal 27.9g 21.7g 2.7g

17日(水)
ごはん
さくらずし
652kcal 24.5g 12.7g 2.2g

18日(木)
ソフトフランスパン
633kcal 25.5g 23.8g 2.3g

19日(金) 食育の日
ごはん
わかめスープ
652kcal 24.5g 18.1g 3.5g

22日(月)
ごはん
とんじり
673kcal 26.9g 22.4g 1.9g

23日(火)
ごはん
みそ汁
664kcal 29.9g 21.3g 2.8g

24日(水)
ごはん
ひじきのいりに
660kcal 23.0g 23.6g 1.4g

25日(木)
あじつけパン
646kcal 26.8g 21.8g 2.7g

26日(金)
ごはん
はるさめスープ
687kcal 22.7g 25.1g 2.8g

**昭和の日**

昭和の日とは... 激動の日々を経て、復興を遂げた昭和の時代をふり振り返り、国の将来を考える日です。

30日(火)
ごはん
みそ汁
639kcal 23.9g 18.7g 2.0g

**学校給食予定献立表**

毎月、ご家庭に配信する献立表には、その日の献立名、使用する食品名、中学年1食あたりの米量を記載しています。毎日見ていただき給食に使われていない食品や献立をご家庭の食事で補っていただけたらと思います。

\*天候や仕入れの状況により一部変更になる場合もあります。

**3つの食品分類**

その日に使用する食品が体の中に入っておもにどのような働きをするのか3つのイメージカラーでわかりやすく分類しています。

きいろ: 体のエネルギー源になる炭水化物や脂肪を多く含む食品  
あか: 筋肉や血液、骨や体の組織をつくるたんぱく質やカルシウムを多く含む食品  
みどり: 皮膚や粘膜を保護したり、体の調子を整えるビタミンを多く含む食品