

4月 給食だより

令和4年 4月
池田市立学校給食センター

ご入学・ご進級おめでとうございます。新年度がスタートしました！
生活リズムをきちんと整えて、楽しい学校生活を送りましょう。



学校給食は、子どもたちの心身の健全な発達のために提供される、栄養バランスのとれた食事です。さらに、望ましい食習慣と、食に関する実践力を身につけさせるための「生きた教材」としての役割も担っています。

今年度も楽しく、安全でおいしい給食をめざしていきますので、ご理解とご協力をよろしくお願い致します。

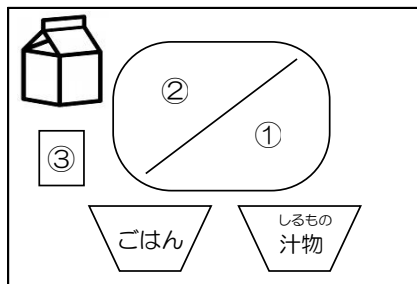


献立表の見方

献立名

11 (火)	
ごはん	
ぎゅうにゅう	
とうふのみそしる	
さばのしおやき	
きんぴらごぼう	
こんぶふりかけ	
精白米	75
普通牛乳	1本
豆腐	20
玉ねぎ	15
はくさい	15
人参	10
油揚げ	3
赤みそ	6
信州みそ	6.5
削り節	2
だし昆布	0.2
① さば切身 (50g)	1コ
なたね油	1
精製塩	0.3
② 豚肉千切り	15
ささがきごぼう	25
人参	10
白すりごま	0.5
砂糖	0.8
濃口しょうゆ	2.5
なたね油	0.5
ごま油	0.5
③ 昆布ふりかけ	1コ
680	kcal
29.1	g
26.8	g

盛り付け例



主食

毎週水曜日はパン、それ以外の日はおもにご飯が出ます。月に一度は混ぜご飯が出ます。

牛乳

1本200ml(幼稚園 180ml)です。成長期に大切なカルシウムやたんぱく質を多く含んでいます。

汁物、煮物(食缶)

献立表の牛乳の下に記載しているものです。

おかず

- ※①②③の組み合わせは日によって異なります。
- ①大バット(主菜:メイン料理)
- ②小バット(副菜:サラダ、和えものなど)
- ③個袋(ふりかけ、ジャム、デザートなど)

各献立に使用している食品名と、一人分の分量(単位: g)

(表記している分量と栄養価は小学校、中学校)

一人分の栄養価(学校給食摂取基準をもとに献立を作成しています。)



食物アレルギー対応

- そば、落花生、えび、かには使用しません。ただし、製造ラインで使用している場合があります。
- パンと牛乳(飲用のみ)の除去を実施しています。
パン除去児童は「ナン」「ピタパン」などの場合も、パンと同じ扱いなので食べられません。代替りの主食を持参していただきますようお願いいたします。(水曜日以外の場合もあります。)
牛乳除去児童は「はっ酵牛乳(アシドミルク)」の場合も、牛乳と同じ扱いなので飲めません。
- 副食(おかず)は、卵類の除去または代替品を調理し、専用の容器に入れた「除去副食」を実施しています。
申し込まれている方には除去食の内容を記入した「除去副食献立表」をお渡ししています。
- 給食によるアレルギー事故を防止することを目的に、保護者・学校間でのアレルギー連絡用の献立表を作成しています。通常食用、除去副食用があり、申し込まれている方にはどちらかをお渡しします。
- 食べられない献立がある場合は、必ず学校にご相談ください。

アレルギーをお持ちの方は、必ず献立表の確認をお願いします。

- ※パンや牛乳の除去、除去副食、アレルギー連絡用の献立表は、申し込みが必要です。
- ※加工品の配合内容は毎月の献立表の「学校給食用半製品の材料」に掲載しています。
年間を通じて使用する、パン、ジャム類、調味料、加工食品の配合内容は、献立表とは別冊子にして学校園に配布しています。

必要とされる方は、学校園、または学校給食センターまでお申し出ください。
(学校給食センター TEL: 072-751-8311・8312)



池田市の給食での取り組み

<地産地消>



地産地消とは、地域で生産された農林水産物を、その地域で消費する取り組みのことです。
池田市の給食のお米は、おもに大阪府豊能町産の「キヌヒカリ」を使用します。炊き上がりが絹のように輝きがあるため、このような名前がつけました。
炊き立てのご飯はもちろん、冷めてもおいしさを損なわず、やわらかさも保ちます。ソフトな粘りとさっぱりした口当たりが特徴です。
お米のほかにも、「細河大根」など、池田市産の野菜が登場します。

<食育の日>



毎月19日の食育の日には、全国の郷土料理や世界の料理などが登場します。全国各地や世界の国々ではどんな料理が食べられているのかを、紹介していきます。