



# 4月こんだてよていひょう



令和3年4月8日  
宮城県立石巻支援学校

月	火	水	木	金
<b>ご入学・進級おめでとうございます！</b>  <b>給食がはじまります！</b> 			8 始業式	9 臨時休業日
12	13	14	15	16
旬の食材を味わおう(たけのこ) ごはん あげだしとうふ(3こ) ふきとたけのこのいりに きゃべつのみそしる 572 21.7 18.0 2.4 737 27.9 22.6 3.4	よくかんで食べよう(かいそう) トマトソーススパゲッティ かいそうサラダ くだもの(バナナ)  584 21.4 18.4 1.8 767 28.0 23.2 2.5	ぶたどん ほうれんそうとちくわのおひたし だいこんのみそしる くだもの(オレンジ) 573 25.7 14.6 2.9 768 33.9 18.0 4.3	よくかんで食べよう(じゃこ・いとこんぶ) えだまめとじゃこのまぜごはん いわしのしょうがに いとこんぶのいりに あげなすのみそしる 582 24.8 22.2 3.6 767 32.1 27.3 5.0	よくかんで食べよう(れんこん) むぎごはん ぶたにくのアップルソースかけ れんこんサラダ まめとやさいのスープ 599 23.2 23.8 1.7 774 29.9 30.6 2.5
19	20	21	22	23
ごはん さばのみそに こねぎともやしのおかかあえ たまねぎのみそしる 560 26.6 16.7 2.3 743 37.6 22.1 3.5	こめこパン いちごジャム チーズいりハンバーグ アスパラガスのソテー コンソメスープ 563 23.7 23.3 2.3 729 30.5 29.4 3.1	<b>入学・進級お祝い献立</b> カレーライス キャバツとコーンのサラダ おいわいケーキ(いちご)  679 18.6 23.1 3.1 816 22.1 26.7 4.0	ゆかりごはん たまごやき あおなとがんものにも おろしじる 566 24.9 17.0 2.6 719 32.0 20.8 3.5	旬の食材を味わおう(たけのこ) ごはん いかのキムチやき たけのこのおかか にらたまみそしる 567 34.2 14.7 2.8 720 44.5 17.9 4.1
26	27	28	29	30
旬の食材を味わおう(いちご) ごはん ホイコーロー みそワタンスープ くだもの(いちご) 572 24.3 18.4 1.3 714 30.0 21.9 1.9	きつねうどん さつまいもてんぷら ちぐさあえ ヨーグルト 573 26.6 20.4 3.6 723 33.9 26.3 4.6	むぎごはん すぶた くきわかめのスープ くだもの(バナナ) 578 22.1 13.8 1.7 756 28.9 16.5 2.5	しょうわ ひ 昭和の日 566 24.9 17.0 2.6 719 32.0 20.8 3.5	宮城県の産産を味わおう(あぶらふ) ごはん・ふりかけ(パ・のりのつくだに) あぶらふとやさいのにも ごじる れいとうパイ 588 23.6 14.2 2.0 730 28.0 16.4 2.4
《栄養価の表示》 上段=小 下段=中・高 I補料たん白質脂質食塩相当量 (kcal)(g)(g)(g)	今月の平均栄養価(摂取量/基準値) (小) (中・高) エネルギー 583/572kcal 747/730kcal たんぱく質 24.4/21.5g 30.4/27.4g 脂質 18.5/15.9g 22.8/20.3g 食塩相当量 2.4/2.0g 3.4/2.5g		 フォーク持参	 スプーン持参

**\*\* 献立について \*\***

**ごはん**(月・水・木・金曜日 週4回実施)  
宮城県産のひとめぼれを使用しています。調理室で炊飯しているので、炊きたてを提供します。また、むぎごはんやまぜごはんを献立に合わせて提供しています。

**パン・めん**(毎週火曜日 週1回実施)  
隔週でパンまたはめんを主食に取り入れています。パン及びめんは製造は、それぞれ業者に委託しています。

**牛乳**(200ml)  
給食実施日には毎日つきます。成長期の体を作るためには欠かせない、たんぱく質やカルシウムを効率よく摂取することができます。

**おかず**(煮物・焼き物・揚げ物・炒め物・和え物・汁物など)  
旬の食材や行事食、郷土料理なども取り入れています。また、年2回(小学部・中学部9月、全校1~3月)「リクエスト給食」を実施しています。

**\*\* 衛生管理について \*\***

○調理従事者は、毎日の健康観察の他、月2回の検便を実施しています。  
○調理作業では加熱調理を徹底し、肉、魚、卵はもちろんのこと、サラダ等に使用する野菜も加熱処理を行っています。  
○水道水の残留塩素の測定や、加熱および冷却温度の記録を実施し、食中毒防止に努めています。

**今月の給食目標 4月 食事の準備をきちんとしよう。**

★正しい手洗いの仕方を覚えましょう。  
★「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつを元気よくしましょう。  
★配膳の仕方を覚えましょう。

**給食室のスタッフ**      **栄養教諭**      **齋藤 汐里**

安全安心かつおいしい      **調理員**      **永沼 明子**

給食の提供に努めますの      **尾形 さゆり**

で、どうぞよろしくお願      **野村 幸子**

いいたします。      **日野 幸恵**

**佐々木 恵子**

牛乳は毎日つきます。  
行事や物資の入荷状況などにより献立を変更する場合があります。