

月	火	水	木	金
平成31年度 海津市の食育テーマ 食べよう! 朝ごはん 	9 お祝い献立 お祝いデザート 牛乳 キャベツのおかかあえ とりのからあげ わかめごはん お花見すまし エネルギー 小 683kcal 中 850kcal	10 ジャーマンポテト さわらのハーブ焼き 米粉パン 大根と小松菜のスープ エネルギー 小 608kcal 中 749kcal	11 かいそうサラダ 青じそドレッシング にたまご 麦ごはん ポークカレー エネルギー 小 665kcal 中 835kcal	12 ひじきと豆のもの ししゃものいそべあげ(2・2) 麦ごはん 春キャベツのみそしる エネルギー 小 668kcal 中 821kcal
	15 じゃがいも ツナのにももの 豆腐の肉みそかけ 菜めし さわにわん エネルギー 小 761kcal 中 911kcal	16 根菜のうまに さけの塩焼き 麦ごはん わかめのみそしる エネルギー 小 619kcal 中 788kcal	17 トマトケチャップ ブロッコリーと きこのソテー チキンカツ 食パン コーンスープ エネルギー 小 679kcal 中 827kcal	18 ごぼうサラダ チーズオムレツ ハムピラフ ミネストローネ エネルギー 小 654kcal 中 830kcal
22 切り干し大根の にももの とり肉の カレー焼き 麦ごはん なめこじる エネルギー 小 562kcal 中 719kcal	23 八宝菜 菜の花ふりかけ 春巻き チンゲン菜の スープ 麦ごはん エネルギー 小 672kcal 中 812kcal	24 イタリアンドレッシング 春キャベツのサラダ ハンバーグ 丸パン ポテトスープ エネルギー 小 637kcal 中 779kcal	25 竹の子のおかか さばの南部焼き 麦ごはん ぶたじる エネルギー 小 614kcal 中 780kcal	26 新元号お祝い献立 お祝いデザート わかめとこんぶの サラダ れんこんチップス ソフトめん ミートソース エネルギー 小 808kcal 中 998kcal

業者配送

◇9日(火)
入学・進級 お祝いデザート

◇26日(金)
お祝いデザート

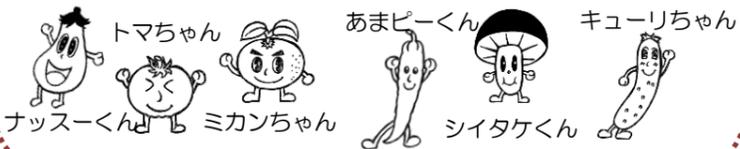
今月の旬の食べもの

- アスパラガス
- みつば
- 春キャベツ
- たけのこ
- わかめ
- 新じゃがいも
- 新たまねぎ
- さわら
- きびなご

海津でとれる野菜やくだもの

海津のおいしいなかまたち

海津市で、多く作られている野菜や果物を、『キャラクター化』しました。海津市の食材を使ったメニューの日には、それぞれのキャラクターを付けて、お知らせします。



4月19日は「よいきゅうりの日」です!

今年も、海津市きゅうり部会様から100kgのきゅうりを学校給食に寄付していただけます。この、きゅうりは、4月19日の「きゅうりのサラダ」に使います。海津市産の、とれたて!おいしい!きゅうりを味わっていただきましょう。

作ってみませんか かいづっちの給食レシピ

～白身魚のトマトだれ～



<材料> (4人分)

- ・白身魚切身 50g程度 4切れ 又は 2cm角切り 200g
- ・酒 小さじ 1
- ・しょうゆ 小さじ 1
- ・片栗粉 適量
- ・揚げ油
- ・トマト Mサイズ 1/4L
- ・酢 小さじ 1
- ・しょうゆ 大さじ 1/2
- ・砂糖 大さじ 1/2

<作り方>

- ① 魚に酒を振り、片栗粉をまぶして、油で揚げる。
- ② Aのトマトは、1cm程度の角切りにする。調味料と合わせて煮て、たれを作る。
- ③ 揚げた魚にトマトたれをかける。

魚は、ホキやタラといった白身魚の他に、サケなどでも合います。ムニエルやフライのソースとして、また、サラダのドレッシングとしてもおいしくいただけます。

4月のお話

いよいよ新年度が始まりました。それぞれ希望に胸をふくらませ、新たな一歩を踏み出したことでしょう。今年度も、成長期の皆さんの心と体の健康を支えるため、安心・安全で、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ひます。どうぞよろしくお願いいたします。

「食べる時のやくそく」きちんと守って、いただきます!



学校給食には次の7つが目標として掲げられています。

(「学校給食法」第2条より)

- 1 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。
- 2 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。
- 3 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。
- 4 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。
- 5 食生活が食に関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。
- 6 わ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。
- 7 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。



※学校給食に使われる岐阜県産農産物には、「学校給食地産地消推進事業」により、JAグループ、市町、県による助成が行われています。
 ※物資調達の都合により、献立が変更になる場合があります。(給食センターから学校へは文書でお知らせしています。)