



1年生 4月分給食献立表



大田区立矢口東小学校

実施日	曜日	献立	栄養量		おたより
			エネルギー	たんぱく質	
			kcal	g	
6	水	始業式(給食なし)			<p>ご入学おめでとうございます。</p> <p>新学期が始まりました。児童の健やかな成長のために、必要な栄養バランスがとれる献立で、安心・安全・おいしい給食を提供していきます。今年度もよろしくお願いいたします。</p> <p>《給食時間に学ぶこと》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・楽しく会食し、人間関係をつくること。 ・健康で過ごすために、自ら選んで食べる力をつけること。 ・手洗いやうがい、清潔な身支度などをおして、安全で衛生的な食生活ができるようにすること。 ・運搬や配膳の仕事を分担し、協力する大切さを身につけること。 ・食べものを大切に、食物の生産などに関わる人々への『感謝するところ』を育むこと。 ・日本の昔からある食生活を理解し、郷土への関心を深めること。
7	木	午前授業(給食なし)	<p>★1年生の給食は11日(月)から開始します。</p>		
8	金	午前授業(給食なし)			
11	月	ミルクパン 牛乳 マカロニグラタン 野菜スープ	663	26.4	
12	火	五目チャーハン 牛乳 キャベツと鶏団子のスープ りんごゼリー	646	24.7	
13	水	ハヤシライス 牛乳 コールスローサラダ	675	25.0	
14	木	わかめごはん 牛乳 ちくわの磯辺揚げ 肉じゃが煮	688	23.5	
15	金	焼きそば 牛乳 カラフルビーンズ くだもの(清見オレンジ)	652	28.0	
18	月	フィッシュバーガー 牛乳 ABCマカロニ入りミネストローネ	618	27.7	
19	火	高野豆腐のそぼろ丼 牛乳 豚汁	638	29.8	
20	水	スパゲッティミートソース 牛乳 ツナサラダ オレンジゼリー	656	26.0	
21	木	中華丼 牛乳 ニラ卵スープ	649	24.4	
22	金	カレーライス 牛乳 海藻サラダ	687	24.0	
25	月	きんぴらごはん 牛乳 鶏肉の照り焼き 田舎汁	632	28.3	
26	火	大豆のかき揚げ丼 牛乳 春野菜の味噌汁 くだもの(デコポン)	658	26.8	
27	水	シュガートースト 牛乳 ホワイトシチュー キャベツとベーコンのサラダ	658	26.0	
28	木	麦入りごはん おかか昆布ふりかけ 牛乳 ふくさ卵焼き さつま汁	612	26.9	
4月の栄養量平均			652	26.3	

矢口東小の給食

☆東京都の栄養摂取基準をもとに、栄養士が献立を作成します。行事食や郷土料理、セレクト給食やリクエスト給食も取り入れています。

☆給食調理業務は、「株式会社レパスト」に委託しています。安全でおいしい給食づくりを心がけます。

☆だしは、さばの削り節や鶏がらなどからとり、ルウやドレッシング、ゼリーなども給食室で手作りしています。

☆本校のホームページには、給食の写真や産地情報も掲載しています。ぜひご覧ください。

あたら せい かつ よう しき
新しい生活様式で

まも
マナーを守りましょう

- 食事の前後に石けんできれいに手を洗う
- 机は向かい合わせにしない
- 食事が終わったらマスクをして会話する
- 黙食をする

感染症拡大予防対策をしています

(注1)栄養量は、中学年を1として考え、低学年0.85倍、高学年1.15倍とみてください。
 (注2)食材料購入ならびに学校行事などの都合により献立を変更することがあります。